



# HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI 1 PEKANBARU

SKRIPSI



OLEH :

PETRIANA REFIANY

11561200486

UIN SUSKA RIAU

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU

2019

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya atau hasil penelitian, tanpa menyebutkan sumber dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA  
GURU SMA NEGERI 1 PEKANBARU**

Disusun Oleh:

Petrian Refiany

NIM. 11561200486

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk dimunaqasyahkan

Dalam sidang panitia ujian Strata Satu (S1)

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri

Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 19 November 2019

Pembimbing

Linda Aryani, M. Si

NIP. 19740212 200710 2 002



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGESAHAN PENGUJI**

Skripsi yang ditulis oleh :

Nama Mahasiswa : Petriana Refiany  
NIM : 11561200486  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Guru SMA Negeri 1 Pekanbaru

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Diuji pada :

Hari/ Tanggal : Senin / 16 Desember 2019  
Bertepatan Dengan : 19 Rabi'ul Akhir 1441 H

**TIM PENGUJI**

Ketua,

( ..... )

Sri Wahyuni, M.A, M.Psi  
NIP. 19800616 200604 2 002

Sekretaris,

( ..... )

Linda Aryani, M.Si  
NIP. 19740212 200710 2 002

Penguji I,

( ..... )

H. Jhon Herwanto, M.Si  
NIP. 19701030 199903 1 004

Penguji II,

( ..... )

Rita Susanti, S.Psi., MA  
NIP. 19841011 201101 2 016

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**MOTTO**

" Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar "

(Al-Baqarah: 153)

" Bekerja keras, berdo'a, dan berbuat baiklah, maka hal besar akan datang kepada orang-orang yang sabar"

(Petriana Refiany)





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin

Segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas karunia-Nya yang selalu memberikan dan menunjukkan jalan kebenaran kepada saya.

Maha besar Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala karunia dan rahmat, peneliti dapat menyelesaikan karya sederhana ini.

Karya ini saya persembahkan untuk orang-orang yang sangat berharga dan tak terganti dalam hidup saya

### **Ayah Redia Polni dan Bunda Sri Octifiany**

Terima kasih atas segala doa, motivasi, cinta, kasih sayang, perhatian dan pengorbanan ataupun segala bentuk dukungan lainnya yang telah diberikan agar putrinya mencapai sebuah cita-cita yang ia inginkan.

### **Abang dan kakakku Tersayang**

### **Faril Refiandi dan Henisa Refiany**

Terima kasih atas segala doa, perhatian, kehangatan, dukungan dan meluangkan waktunya untuk mendengarkan keluh kesah saya selama ini.

UIN SUSKA RIAU

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillah rabbil 'alamin. Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, serta kemudahan bagi peneliti dalam menjalankan amanah dan tanggung jawab. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada tauladan sepanjang masa, Nabi besar Muhammad Salallahu A'laihi Wasallam, beserta para keluarga, sahabat, dan para pengikutnya yang senantiasa istiqomah dalam sunnahnya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari tanpa bantuan dari berbagai pihak tidak banyak yang dapat penulis lakukan dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih atas semua bantuan dan dukungannya selama pelaksanaan dan penyusunan skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Yasmaruddin Bardansyah, Lc. M.A selaku Wakil Dekan I dan Ibu Dr. Zuhiddah, M.Pd selaku Wakil Dekan II dan Ibu Dra. Nurhasnawati, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.
3. Ibu Linda Aryani, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi, terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan dukungan, bimbingan, arahan, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Jhon Herwanto, M.Si selaku penguji I, terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan masukan serta saran untuk perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.



### Hak Cipta Ditanggung UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ibu Rita Susanti, S.Psi, M.A selaku penguji II, terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan masukan serta saran untuk perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
- Ibu Indah Damayanti, S.Psi M.Psi, Psikolog selaku Pembimbing Akademik, terima kasih atas bimbingan dan dukungannya kepada penulis selama penulis kuliah di Fakultas Psikologi.
- Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Terima kasih atas ilmu yang telah diberikan, semoga menjadi bekal dan berkah yang baik bagi penulis dalam menjalani kehidupan.
- Seluruh staf pegawai Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Terima kasih atas kebaikan-kebaikan dan keramahannya
- Ibu Dr. Wan Roswita, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Pekanbaru, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
- Seluruh guru-guru SMAN 1 Pekanbaru, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu dalam proses penelitian ini.
- Keluarga tersayang, Drs. Redia Polni, Dra. Hj. Sri Octifiany, Faril Refiandi, Henisa Refiany, dan Octofry Ferdian sebagai motivasi terbesar penulis selama menjalani masa perkuliahan dan penelitian, yang tiada hentinya memberikan do'a dan dukungan kepada penulis.
- Rekan perkuliahan yang luar biasa, Annisa Rahmadiyahanti, Qori Anggun SP, Rahmatia Budi Setyaningrum, Suci Harianti, Putri Wardatul, Hayati Rahmah, Lena Mardiana, Della Ayu, Julia Nanda, Lutfia Davin, Gevia Yolanda, Tri Widya, M Fajri, terimakasih sudah menjadi teman terbaik di kampus dan mau membantu di saat susah dan senang.
- Teman-teman Program Studi S1 Psikologi UIN Suska Riau angkatan 2015, khususnya lokal B. Terimakasih untuk hari-hari yang telah kita lewati bersama selama masa perkuliahan, keseruan bersama kalian tidak akan terlupakan. Semoga kita menjadi orang-orang yang sukses. Aamiin.

**Hak Cipta Dituliskan oleh UIN SUSKA RIAU**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Kepada seluruh anggota Sanggar Kasimiyah yang selalu menemani peneliti dari awal masuk kuliah sampai saat ini, memberikan ilmu yang bermanfaat mengenai musik, pengalaman yang berharga, motivasi, dan tidak lupa selalu mengingatkan ketika peneliti salah. Termakasih untuk hari-hari yang kita lewati bersama, keseruan bersama kalian tidak akan terlupakan.
5. Kepada teman-teman KKN Iqbal Sahputra, Muhaimin, M Anshori, Widya Dwiguna, Dian Husna Amini, Indriani, Verani Yuniantika, Riska Syahdayani, Romin Rafika, dan Dini Amalinah yang dengan baik hati meluangkan waktunya untuk memberikan semangat dan motivasi kepada peneliti dengan sangat ikhlas.
16. Seluruh pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu penulis yang tidak dapat dituliskan satu persatu.

Sesungguhnya hanya Allah Yang Maha Penyempurna, oleh karena itu meskipun skripsi ini dibuat dengan segenap daya dan usaha tentu masih ada kekurangan yang menyertainya. Maka penulis dengan penuh kelapangan hati menerima adanya kemungkinan kritik dan saran dari pembaca. Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri dan umumnya bagi siapa saja yang membacanya. Aamiin

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Pekanbaru, 2019

UIN SUSKA RIAU  
Penulis



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b>	
<b>MOTTO</b>	i
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b>	ii
<b>KATA PENGANTAR</b>	iii
<b>DAFTAR ISI</b>	vi
<b>DAFTAR TABEL</b>	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	ix
<b>ABSTRAK</b>	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Stres Kerja	10
1. Pengertian Stres Kerja	10
2. Aspek-aspek Stres Kerja	12
3. Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	13
B. Beban Kerja	15
1. Pengertian Beban Kerja	15
2. Aspek-aspek Beban Kerja	16
3. Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	17
C. Kerangka Berpikir	19
D. Hipotesis	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian	22
B. Identifikasi Variabel	22
C. Defenisi Operasional	23
D. Subjek Penelitian	24
E. Metode Pengumpulan Data	25
1. Skala Stres Kerja	25
2. Skala Beban Kerja	26
F. Uji Coba Alat Ukur	27
1. Validitas	27
2. Daya Diskriminasi Aitem	28
3. Reliabilitas	31
G. Teknik Analisis Data	32



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian .....	33
B. Hasil Penelitian .....	33
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	33
a. Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin...	33
b. Gambaran Subjek Berdasarkan Usia .....	34
c. Gambaran Subjek Berdasarkan Masa Kerja .....	34
2. Deskripsi Data Penelitian .....	35
a. Skala Beban Kerja .....	35
b. Skala Stres Kerja .....	37
c. Kategorisasi Stres Kerja Berdasarkan Guru Sertifikasi .....	38
3. Uji Asumsi .....	40
a. Uji Normalitas .....	40
b. Uji Linearitas .....	42
4. Uji Hipotesis .....	42
C. Pembahasan .....	43

## BAB V

### PENUTUP

A. Kesimpulan .....	49
B. Saran .....	49

DAFTAR PUSTAKA .....	51
----------------------	----

### LAMPIRAN



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	: Rekapitulasi Absensi Guru .....	3
Tabel 3.1	: <i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja .....	26
Tabel 3.2	: <i>Blue Print</i> Skala Beban Kerja .....	27
Tabel 3.3	: <i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja ( <i>Try Out</i> ) .....	29
Tabel 3.4	: <i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja (Penelitian) .....	30
Tabel 3.5	: <i>Blue Print</i> Skala Beban Kerja ( <i>Try Out</i> ) .....	30
Tabel 3.6	: <i>Blue Print</i> Skala Beban Kerja (Penelitian) .....	31
Tabel 3.7	: Hasil Uji Reliabilitas .....	32
Tabel 4.1	: Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	33
Tabel 4.2	: Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia .....	34
Tabel 4.3	: Deskripsi Subjek Berdasarkan Masa Kerja .....	34
Tabel 4.4	: Norma Kategorisasi .....	35
Tabel 4.5	: Gambaran data Hipotetik dan Empirik Skala Beban Kerja .....	36
Tabel 4.6	: Norma Kategorisasi Skala Beban Kerja .....	36
Tabel 4.7	: Gambaran data Hipotetik dan Empirik Skala Stres Kerja .....	37
Tabel 4.8	: Norma Kategorisasi Stres Kerja .....	38
Tabel 4.9	: Norma Kategorisasi Guru yang Sudah Sertifikasi .....	38
Tabel 4.10	: Norma Kategorisasi Guru yang Belum Sertifikasi .....	39
Tabel 4.11	: Uji Normalitas ( <i>Skewness</i> dan <i>Kurtosis</i> ) .....	41



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR LAMPIRAN**

<b>Lampiran A</b>	: Lembar Validasi Alat Ukur .....
<b>Lampiran B</b>	: Skala <i>Try Out</i> .....
<b>Lampiran C</b>	: Skala Penelitian .....
<b>Lampiran D</b>	: Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....
<b>Lampiran E</b>	: Uji Reliabilitas .....
<b>Lampiran F</b>	: Tabulasi Data Penelitian .....
<b>Lampiran G</b>	: Uji Asumsi .....
<b>Lampiran H</b>	: Uji Hipotesis .....
<b>Lampiran I</b>	: Data Guru Sertifikasi .....
<b>Lampiran J</b>	: Guide Wawancara .....
<b>Lampiran K</b>	: Surat Keterangan Penelitian .....



## HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI 1 PEKANBARU

Petrianarefiany  
(Email: petrianarefiany1997@gmail.com)  
Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

### ABSTRAK

Pendidikan merupakan salah satu aspek terpenting bagi kehidupan setiap individu. Salah satu faktor utama yang menentukan mutu pendidikan adalah guru. Kondisi dari guru menjadi sangat penting, dalam melaksanakan pekerjaannya perlu kiranya kondisi yang kondusif. Stres kerja adalah suatu ketegangan emosi yang dirasakan oleh guru di tempat kerja yang disebabkan oleh tekanan yang bersumber dari dirinya sendiri ataupun dari luar dirinya sehingga berpengaruh terhadap kondisi fisik, emosi dan proses berpikir. Stres kerja dapat dilihat dari aspek fisiologis, aspek psikologis dan aspek perilaku. Beban kerja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya stres kerja. Apabila beban kerja yang dimiliki oleh pekerja melebihi kapasitas kemampuan individu maka akan berpengaruh terhadap meningkatnya stres kerja pada individu tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban dengan stres kerja pada guru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional, dengan subjek guru SMAN 1 Pekanbaru sebanyak 68 orang. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala beban kerja dan skala stres kerja. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment*, diperoleh hasil sig.  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,809. Sumbangan efektif beban kerja dengan stres kerja diketahui sebesar 65,4%. Artinya terdapat hubungan antara beban dengan stres kerja pada guru SMAN 1 Pekanbaru, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dengan demikian, sangat penting bagi guru dalam mengevaluasi beban kerja dengan cara memanfaatkan waktu istirahat sebaik mungkin agar pada saat melanjutkan pekerjaan, beban kerja pada guru tidak terlalu berat sehingga dapat meminimalisir terjadinya stres kerja.

**Kata kunci:** stres kerja, beban kerja

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD WITH JOB STRESS ON TEACHERS OF SMA NEGERI 1 PEKANBARU

Petrianarefiany  
(Email: petrianarefiany1997@gmail.com)  
Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

### ABSTRACT

Education is one of the most important aspects for the life of every individual. One of the main factors that determines the quality of education is the teacher. The condition of the teacher becomes very important, in carrying out his work it is necessary to have a conducive condition. Work stress is an emotional tension felt by the teacher in the workplace caused by pressure originating from himself or from outside himself so that it affects the physical condition, emotions and thought processes. Job stress can be seen from physiological aspects, psychological aspects and behavioral aspects. Workload is one of the factors that influence the emergence of work stress. If the workload owned by workers exceeds the capacity of individual abilities, it will affected the increase in work stress on the individual. This study aims to determine the relationship between burden and work stress on teachers. This study uses a correlational quantitative design, with 68 subjects of SMA 1 Pekanbaru teachers. The research data were obtained using workload scale and work stress scale. Data analysis technique used is the product moment correlation analysis, obtained sig results.  $p = 0,000$  ( $p < 0.01$ ) and the correlation coefficient value is 0.809. The effective contribution of workload with work stress is known to be 65.4%. This means that there is a relationship between work load and stress on the teacher of SMAN 1 Pekanbaru, so the hypothesis in this study is accepted. Then, it is very important for teachers to evaluate workload by making the best used of rest time so that when continuing work, the workload on the teacher is not too heavy so as to minimize the occurrence of work stress

**Key words:** job stress, workload.

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu aspek terpenting bagi kehidupan setiap individu. Setiap individu berhak mendapatkan dan berharap untuk selalu berkembang dalam pendidikan. Pendidikan secara umum mempunyai suatu proses kehidupan dalam mengembangkan diri tiap individu untuk dapat hidup dan melaksanakan kehidupan, sehingga menjadi seseorang yang terdidik itu sangat penting. Dalam dunia pendidikan terdapat manajemen pendidikan, yang didefinisikan sebagai proses perencanaan, pengorganisasian, penyiapan tenaga kerja serta pembagian tugasnya, penggerakan, dan pengendalian sumber daya pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan secara efektif, efisien dan akuntabel (Asifudin, 2016).

Salah satu faktor utama yang menentukan mutu pendidikan adalah guru. Guru berada di garda terdepan dalam menciptakan kualitas sumber daya manusia, dimana guru berhadapan langsung dengan para peserta didik di kelas melalui proses belajar mengajar. Syekh Maulana pernah mengatakan bahwa seorang guru diibaratkan “mesin penggerak pada roda kehidupan”. Sehingga dalam mendidik seorang anak diperlukan sosok guru yang memiliki kemampuan dan pengetahuan serta tanggungjawab tinggi terhadap profesi sebagai seorang guru dalam bentuk kinerja yang tinggi (Budiman, 2018). Guru yang mengajar pada institusi pendidikan formal selalu berinteraksi dengan keadaan tugas kerjanya, baik dalam tugas internal maupun eksternal. Salah satu tugas internal yang dimiliki guru ialah



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menelakkan mata pelajaran dan memberikan tugas kepada siswa, guru juga bertanggung jawab atas perkembangan hasil yang dicapai oleh siswa. Selain itu guru juga membuat beberapa laporan, mempersiapkan RPP dan lain sebagainya. Banyaknya tugas-tugas yang diberikan menyebabkan guru merasakan lelah, sulit tidur, mudah marah, pusing, dan lain sebagainya. Keadaan-keadaan tersebut menyebabkan guru cenderung mengalami stres kerja.

Robbins (2002) mengatakan stres merupakan kondisi dinamis dimana seorang individu dihadapkan dengan kesempatan, keterbatasan, atau tuntutan sesuai dengan harapan dan hasil yang ingin dia capai dalam kondisi penting dan tidak menentu. Felanny (2013) Stres kerja merupakan suatu kondisi yang dialami karyawan yaitu merasa adanya ancaman dan hasil dari ketidaksesuaian antara tuntutan dengan kebiasaan maupun kompetensi seseorang yang dihasilkan dari persepsi karyawan terhadap lingkungan maupun pekerjaannya. Munandar (2001) stres kerja adalah satu abstraksi. Orang tidak dapat melihat pembangkit stres (*stressor*), yang dapat dilihat ialah akibat dari pembangkit stres. Aamodt (2010) menyebutkan stres kerja sebagai reaksi psikologis dan fisik terhadap kejadian-kejadian atau situasi-situasi (*stressor*) yang berasal dari lingkungan kerja.

Stres kerja muncul ditandai dengan munculnya gejala ketidak sabaran dalam menghadapi siswa di kelas, lekas marah, bersikap apatis, sering tidak masuk kerja (rata-rata kehadiran kurang dari 90%) (Mangkunegara, 2015). Selain itu Jovanovic, dkk (dalam Gaol, 2016) menyatakan gejala yang dialami karyawan apabila mengalami stres salah satunya ialah gejala stres berkaitan dengan kerja yaitu peningkatan absensi, kecelakaan pada pekerjaan, penurunan kerja

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

produktivitas, kesulitan dalam memahami peraturan kantor, absensi dari pekerjaan, dan mengambil waktu rehat terlalu lama. Fenomena stres kerja juga terjadi pada guru-guru di SMAN 1, hal ini sesuai dengan data yang diperoleh dari SMAN 1, rekapitulasi absensi guru pada bulan Januari 2019 adalah sebagai berikut :

**Tabel 1.1**  
**Rekapitulasi Absensi Guru SMAN 1**  
**(Periode Januari 2019)**

Absensi	Presentase
Kehadiran	75%
Ketidakhadiran	25%
<b>Total</b>	<b>100%</b>

#### *Sumber Tata Usaha SMAN 1*

Berdasarkan tabel rekapitulasi absensi guru diatas, selama periode Januari 2019 ditemukan bahwa tingkat kehadiran guru-guru di sekolah yaitu mencapai 75%, sedangkan tingkat ketidakhadiran guru yaitu 25%. Hal ini sesuai dengan teori (Mangkunegara, 2015) yang menyatakan bahwa salah satu gejala dari stres kerja adalah pegawai sering tidak masuk kerja dengan rata-rata kehadiran kurang dari 90%. Selain ketidakhadiran guru, berdasarkan wawancara dengan guru sekolah SMAN 1 (wawancara pada tanggal 2 Oktober 2018) guru terkadang mengalami lelah saat bekerja karena pekerjaan yang tiba-tiba diberikan pada saat sedang sibuk mengerjakan tugas wajib yaitu mengajar, guru juga merasa pusing dan terkadang guru lupa dengan jadwal kerja atau mengajar. Hal-hal tersebut merupakan gejala dari stres kerja yang dirasakan oleh guru-guru di SMAN 1.

Stres kerja berhubungan dengan kondisi kerja dan kesehatan fisik pada guru yang diakibatkan oleh bermacam-macam hal, termasuk dari tugas pokok guru dan tanggung jawab, tuntutan tugas yang berat, ketidakjelasan, dan permasalahan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

selanjutnya berkaitan dengan pemenuhan syarat 24 jam wajib mengajar tatap muka di sekolah (Triana, 2015). Berdasarkan wawancara yang dilakukan, diperoleh gambaran mengenai permasalahan berkaitan jam mengajar yaitu kurangnya jam mengajar 24 jam di sekolah utama, hal ini menyebabkan guru harus mencari jam tambahan ke sekolah lain sesuai dengan mata pelajaran yang diajar. Aturan untuk guru yang sertifikasi menjadi bertambah saat PEMDA (Pemerintah Daerah) menetapkan aturan tambahan yaitu guru yang tidak hadir selama tiga hari berturut-turut atau seminggu tanpa ada keterangan yang jelas maka tunjangan sertifikasinya akan di potong. Rentannya kondisi guru terhadap stres kerja dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tekanan psikologis, faktor yang bersumber pada pekerjaan itu sendiri, faktor yang bersumber dari organisasi tempat kerja dan faktor eksternal di luar pekerjaannya. Salah satu faktor yang bersumber pada pekerjaannya diantaranya beban kerja (Dhania, 2010).

Berdasarkan penuturan dari narasumber wawancara, tugas seorang guru pada beberapa puluh tahun ke belakang hanya sebagai pendidik saja, artinya hanya menyampaikan ilmu kepada siswa. Namun seiring dengan perkembangan zaman dan berdasarkan hasil wawancara yang didapat, bergantinya pemerintah yang menangani soal pendidikan setiap periodenya berpengaruh pada kebijakan terhadap pendidikan itu sendiri. Sistem pembelajaran yang pada awalnya menggunakan sistem KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) mulai berganti menjadi K-13 (Kurikulum 2013), dimana kurikulum itu menekankan pada keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar.

#### 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

#### 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Guru dalam proses belajar mengajar dikelas tidak hanya memberikan materi saja, namun juga dituntut memberikan pemahaman kepada siswa agar siswa lebih kreatif dalam memahami materi mata pelajaran. Salah satu tujuan diberlakukannya K-13 adalah untuk membentuk siswa yang berkarakter nasionalisme, mandiri, gotong royong, dan integritas (Harahap, 2014). K-13 juga menuntut keikutsertaan guru dalam membimbing siswa agar dapat memenuhi karakteristik siswa yang dimasukkan kedalam RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran). Untuk dapat membentuk karakter siswa yang nasionalisme, mandiri, gotong royong, dan integritas, pemerintah melalui K-13 menerapkan peraturan yang memaksimalkan waktu interaksi antara guru dan siswa, yaitu sistem *full day school* atau sehari penuh sekolah. Sistem *full day school* diterapkan agar siswa dapat menghabiskan waktu disekolah dengan belajar dari pada menghabiskan waktu sehari dengan kegiatan-kegiatan yang dirasa tidak memberikan pengaruh positif bagi siswa (Noviansyah, 2017).

Sistem K-13 yang menerapkan *full day school*, mengakibatkan aktifitas guru di lingkungan selain sekolah menjadi terhambat. Hal ini mempengaruhi kondisi psikologis guru, dimana guru merasa khawatir ketika waktu bersama keluarga menjadi sangat minim sehingga interaksi yang terjalin pun sangat singkat. Selain kondisi psikologis, sistem K-13 yang menerapkan *full day school* juga memberi dampak negatif pada kondisi fisik guru, dimana guru menjadi mudah kelelahan karena seharian di sekolah guru harus melakukan aktivitas kerja, sehingga rentan adanya gangguan fisik berupa sakit yang diakibatkan oleh kelelahan seperti sakit kepala, pusing, dan lain sebagainya (Wijaya, 2017).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SMA Negeri 1 Pekanbaru merupakan salah satu SMA Negeri yang dijadikan pilihan sekolah terbaik di kota Pekanbaru. Hal tersebut menjadi beban moral bagi guru-guru untuk mempertahankan kredibilitas sekolah agar citra baik yang telah dimiliki oleh sekolah tidak turun dan menciptakan penilaian negatif dari masyarakat.

Triana, dkk (2015) menemukan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara kontribusi persepsi pada beban kerja dan kecerdasan emosi terhadap stres kerja guru. Implikasi dari penelitian ini adalah bagi guru yang sudah tersertifikasi untuk mampu mengembangkan kemampuan kecerdasan emosional yang dimiliki sehingga mampu memahami diri sendiri untuk bisa menghadapi beban kerja. Bagi instansi terkait untuk bisa meningkatkan kecerdasan emosi dan meminimalisir stres kerja pada guru.

Lebih lanjut penyebab stres dapat dibagi menjadi dua, yaitu internal dan eksternal, di mana salah satu penyebab stres yang berasal dari eksternal yaitu beban kerja yang dirasakan individu sebagaimana diungkapkan oleh Cooper (2010). Addison & George (2015) menyatakan bahwa beban kerja yang berlebihan merupakan penyebab utama stres. Menurut Munandar (2001) beban kerja berlebihan dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres. Beban kerja dapat dibedakan lebih lanjut ke dalam beban kerja berlebihan/terlalu sedikit ‘kuantitatif’, yang timbul sebagai akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak/sedikit diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu, dan beban kerja berlebihan/terlalu sedikit ‘kualitatif’, yaitu jika orang

merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan atau potensi dari tenaga kerja.

Dhania (2010) juga menjelaskan beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang membutuhkan proses mental atau kemampuan yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu, baik dalam bentuk fisik maupun psikis. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dan stres kerja.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SMA Negeri 1 Pekanbaru”

### **B. Rumusan Masalah**

Adapun perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SMA Negeri 1 Pekanbaru?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah yang ada, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SMA Negeri 1 Pekanbaru.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang stres kerja telah banyak diteliti, baik diluar negeri ataupun didalam negeri. Berikut adalah beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya berkaitan dengan tema penelitian yang dilakukan serta persamaan dan perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini :

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Penelitian Triana, dkk (2015) dengan judul “Kontribusi Persepsi pada Beban Kerja dan Kecerdasan Emosi terhadap Stres Kerja Guru SMP yang Tersertifikasi” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan persepsi beban kerja guru dan kecerdasan emosi terhadap tingkat stres kerja guru.
2. Penelitian Sakti (2016) dengan judul “Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja pada Karyawan Administrasi di Universitas X” hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada karyawan administrasi di Universitas X.
3. Penelitian Febriana (2013) dengan judul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada peranan secara signifikan antara persepsi pada kebisingan terhadap stres kerja pada karyawan PT. Hasnur Riung Sinergi Kabupaten Tapin. Selanjutnya ada peranan secara signifikan antara kelelahan kerja terhadap stres kerja pada karyawan PT. Hasnur Riung Sinergi Kabupaten Tapin.
4. Penelitian Syah (2016) dengan judul “Hubungan Antara Kepuasan dengan Stres Kerja pada Sopir Bus PO AGRA MAS (Divisi AKAP) Jurusan Wonogiri-Jakarta” hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan negatif antara kepuasan kerja dengan stres kerja pada sopir Bus PO AGRA MAS (Divisi AKAP) Jurusan Wonogiri-Jakarta dapat diterima.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. Penelitian Susetyo (2016) dengan judul “Persepsi terhadap Keselamatan dan Kesehatan Kerja dan Stres Kerja pada Karyawan bagian Produksi PT X di Bekasi” hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara persepsi terhadap K3 dengan stres kerja pada karyawan bagian produksi PT X.

### E. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam memberikan informasi dan perluasan teori dibidang psikologi khususnya pada bidang psikologi industri, psikologi klinis, dan psikologi kesehatan mengenai hubungan antara beban kerja dengan stres kerja guru. Selain itu juga, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan dibidang psikologi sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan bagi perusahaan, pendidik dan tenaga kependidikan, dan praktisi bidang psikologi industri dan organisasi tentang beban kerja dan stres kerja guru.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Stres Kerja

##### Pengertian Stres Kerja

Robbins (2002) mengatakan stres merupakan kondisi dinamis dimana seorang individu dihadapkan dengan kesempatan, keterbatasan, atau tuntutan sesuai dengan harapan dan hasil yang ingin dia capai dalam kondisi penting dan tidak menentu.

Stres kerja merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang (Robbin & Judge, 2007). Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan. Stres kerja dapat diartikan sebagai sumber atau *stressor* kerja yang menyebabkan reaksi individu berupa reaksi fisiologis, psikologis dan perilaku. Sedangkan menurut Santrock (2007) mengemukakan bahwa stres adalah respons individu terhadap *stressor*, yaitu situasi dan peristiwa yang mengancam mereka dan menuntut kemampuan *coping*.

Anoraga (2009) mengatakan dalam kehidupan modern yang makin kompleks, manusia akan cenderung mengalami “stress” apabila ia kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan-kenyataan yang ada, baik kenyataan yang ada di dalam maupun luar dirinya. Munandar (2001) stres kerja adalah satu abstraksi. Orang tidak



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat melihat pembangkit stres (*stressor*). Yang dapat dilihat ialah akibat dari pembangkit stres.

Greenberg (2010) mengatakan stres kerja yaitu stimulus yang disajikan memiliki potensi untuk memicu respons melawan atau lari (*stressor*) yang memunculkan perubahan fisiologis seperti peningkatan ketegangan otot dan tekanan darah (reaktivitas stres) yang pada gilirannya, menghasilkan fisik, psikologis, atau konsekuensi perilaku seperti sakit kepala atau agoraphobia (ketegangan). Tanpa semua komponen ini, tidak ada stres. Stresor hanya memiliki potensi untuk memunculkan reaksi stres dan ketegangan.

Menurut Rivai (2006) stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seorang karyawan. French, Rogers, & Cobb (dalam Wijono, 2010) stres kerja adalah ketidakcocokan antara keterampilan dan kemampuan seseorang dan tuntutan pekerjaan yang salah dalam hal kebutuhan seseorang yang disediakan oleh lingkungan kerja. Harrington (2013) stres kerja adalah apa yang individu alami ketika tuntutan pekerjaan individu melebihi kemampuannya.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa stres kerja adalah suatu ketegangan yang dirasakan oleh individu di tempat kerja karena tekanan yang tidak dapat ditoleransi oleh individu baik yang bersumber dari dirinya sendiri maupun dari luar dirinya, dalam kondisi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tersebut dapat mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang.

#### Aspek–Aspek Gejala Stres Kerja

Robbins (2002) merumuskan stres kerja dalam tiga aspek, yaitu sebagai berikut :

##### a. Aspek Fisiologis

Umumnya stres awal ditunjukkan dengan gejala psikologikal, topik ini diteliti oleh spesialis dalam ilmu kesehatan dan kedokteran. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa beberapa hal yang teridentifikasi sebagai gejala-gejala fisiologikal yaitu penurunan metabolisme dalam tubuh, mempercepat detak jantung dan sesak nafas, menaikkan tekanan darah, mudah sakit kepala, dan serangan jantung.

##### b. Aspek Psikologis

Pekerjaan yang erat hubungannya dengan stres dapat mengakibatkan gejala psikologikal. Beberapa hal yang teridentifikasi sebagai gejala-gejala psikologikal yaitu merasa tidak puas, merasa tegang, gelisah, mudah marah, cepat bosan, dan suka menunda sesuatu hal.

##### c. Aspek Perilaku

Perilaku yang mencakup perubahan dalam produktivitas, sering lupa, perubahan pola makan, menjadi perokok atau mengonsumsi alkohol, berbicara dengan cepat, perasaan gelisah, dan tidur tidak teratur.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya stres kerja, yaitu:

#### a. Beban Kerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2016) menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja, dimana 50% dari stres kerja dipengaruhi oleh beban kerja. Hasil penelitian Shabbir (2017) menunjukkan bahwa beban kerja dan kompleksitas pekerjaan memiliki dampak positif dan signifikan terhadap stres kerja. Selanjutnya penelitian Schiff (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan secara statistik antara beban kerja yang tidak terkendali dan stres terkait pekerjaan.

#### b. Faktor Lingkungan

Ketidakpastian lingkungan memengaruhi perancangan struktur organisasi dan memengaruhi tingkat stres. Beberapa hal yang memengaruhi faktor lingkungan adalah seperti ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politik, serta ketidakpastian teknologi. (Robbins, 2006).

#### c. Faktor Organisasi

Faktor di dalam organisasi yang dapat memunculkan stres di antaranya adalah tekanan untuk menghindari kesalahan atau menyelesaikan tugas dalam waktu yang telah ditentukan, beban kerja



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang berlebihan, atasan yang selalu menuntut dan tidak peka, dan rekan kerja yang membuat suasana tidak nyaman. Beberapa faktor tersebut dapat dikelompokkan seperti tuntutan tugas, tuntutan peran, tuntutan antarpribadi, struktur organisasi, dan kepemimpinan organisasi (Robbins, 2006).

#### d. Faktor Individu

Terdiri atas keluarga, ekonomi, kepribadian, dan daya tahan psikologis. Masalah dalam keluarga misalnya tidak harmonisnya hubungan antara suami istri serta anak yang tidak disiplin dapat mengakibatkan kondisi stres individu terbawa sampai ke tempat kerja. Begitu pula seberapa besar tingkat penghasilan seseorang dan bagaimana cara mengelola keuangan dapat menjadi faktor munculnya stres. Stres yang terjadi bisa berasal dari kepribadian dan daya tahan psikologis, bagaimana seseorang bisa menerima segala perubahan dan tuntutan yang terjadi (Robbins, 2006).

Dari penjabaran faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja, peneliti terfokus pada faktor beban kerja dikarenakan beban kerja merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja. Karena itu peneliti ingin melihat kembali hubungan antara beban kerja dan stress kerja pada guru.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## B. Beban Kerja

### Pengertian Beban Kerja

Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres (Munandar, 2001). Beban kerja dapat dibedakan lebih lanjut ke dalam beban kerja berlebih atau terlalu sedikit ‘kuantitatif’, yang timbul sebagai akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak atau sedikit diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu, dan beban kerja berlebih atau terlalu sedikit ‘kuantitatif’, yaitu jika orang merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan atau potensi dari tenaga kerja.

Beban kerja menurut Gawron (2008) adalah sejumlah tuntutan tugas atau kegiatan yang membutuhkan aktivitas mental dan fisik yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Tarwaka (2004) mendefinisikan beban kerja sebagai suatu perbedaan antara kapasitas atau kemampuan pekerja dengan tuntutan pekerjaan yang harus dihadapi. Beban kerja yang dirasakan oleh seorang pekerja menjadi faktor penekan yang menghasilkan kondisi-kondisi tertentu, sehingga menuntut pekerja untuk terlibat dalam memberikan energi atau perhatian yang lebih yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu (Nurmianto, 2003).

Beban kerja adalah sejumlah target pekerjaan atau target hasil yang harus dicapai dalam satu satuan waktu tertentu (MENPAN, 2004). Menurut Dhania (2010) beban kerja adalah sekumpulan atau sejumlah kegiatan yang membutuhkan proses mental atau kemampuan yang harus

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diselesaikan dalam jangka waktu tertentu, baik dalam bentuk fisik maupun psikis.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa beban kerja adalah sejumlah tuntutan tugas atau kegiatan yang membutuhkan aktivitas fisik maupun psikis yang dirasakan individu dan harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu.

#### Aspek-aspek Beban Kerja

Beban kerja meliputi dua jenis, yaitu beban kerja kuantitatif dan beban kerja kualitatif, menurut Munandar (2001) jenis-jenis beban kerja antara lain :

- a. Beban kerja berlebih/terlalu sedikit secara kuantitatif

Beban kerja berlebih/terlalu sedikit secara kuantitatif timbul sebagai akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak atau sedikit diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu. Tenaga kerja merasa kebosanan, rasa monoton dan *deadline*.

- b. Beban kerja berlebih/terlalu sedikit secara kualitatif

Beban kerja berlebih/terlalu sedikit secara kualitatif yaitu jika orang merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan dan/atau potensi dari tenaga kerja. Selain itu beban kerja berlebih kuantitatif dan kualitatif dapat menimbulkan kebutuhan untuk bekerja selama jumlah jam yang sangat banyak, yang merupakan sumber tambahan dari stres. Termasuk juga adalah kemajemukan pekerjaan.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja

Menurut Tarwaka (2004) beban kerja dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal yaitu :

#### a. Faktor Eksternal

Faktor eksternal beban kerja adalah beban kerja yang berasal dari luar tubuh pekerja. Yang termasuk beban kerja eksternal adalah tugas (*task*) itu sendiri, organisasi dan lingkungan kerja. Ketiga aspek ini sering disebut sebagai stressor. Berikut penjelasan mengenai ketiga aspek tersebut :

- 1) Tugas-tugas (*task*) yang dilakukan baik yang bersifat fisik seperti, stasiun kerja, tata ruang tempat kerja, alat dan sarana kerja, kondisi atau medan kerja, sikap kerja, cara angkat-angkut, beban yang diangkat-angkut, alat bantu kerja, sarana informasi termasuk display dan *control*, alur kerja dll. Sedangkan tugas-tugas yang bersifat mental seperti, kompleksitas pekerjaan atau tingkat kesulitan pekerjaan yang mempengaruhi tingkat emosi pekerja, tanggung jawab terhadap pekerjaan, dan lain-lain.
- 2) Organisasi kerja yang dapat mempengaruhi beban kerja seperti, lamanya waktu kerja, waktu istirahat, kerja bergilir, kerja malam, sistem pengupahan, sistem kerja, musibah kerja, model struktur organisasi, pelimpahan tugas dan wewenang, dan lain-lain.
- 3) Lingkungan kerja yang dapat memberikan beban tambahan kepada pekerja yaitu:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a) Lingkungan kerja fisik seperti, iklim mikro (suhu udara ambien, kelembaban udara, kecepatan rambat udara, suhu radiasi), intensitas penerangan, intensitas kebisingan, vibrasi mekanis, dan tekanan udara.
- b) Lingkungan kerja kimiawi seperti, debu, gas-gas pencemar udara, uap logam, fume dalam udara, dan lain-lain.
- c) Lingkungan kerja biologis seperti, bakteri, virus dan parasit, jamur, serangga, dan lain-lain.
- d) Lingkungan kerja psikologis seperti, pemilihan dan penempatan tenaga kerja, hubungan antara pekerja dengan pekerja, pekerja dengan atasan, pekerja dengan keluarga dan pekerja dengan lingkungan sosial yang berdampak kepada performansi kerja di tempat kerja.

#### b. Faktor Internal

Faktor internal beban kerja adalah faktor yang berasal dari dalam tubuh itu sendiri sebagai akibat adanya reaksi dari beban kerja eksternal. Reaksi tubuh tersebut dikenal sebagai strain. Berat ringannya strain dapat dinilai baik secara objektif maupun subjektif. Penilaian secara objektif yaitu melalui perubahan reaksi fisiologis. Sedangkan penilaian subjektif dapat dilakukan melalui perubahan reaksi psikologis dan perubahan perilaku. Karena itu strain secara subjektif berkait erat dengan harapan, keinginan, kepuasan dan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penilaian subjektif lainnya. Secara lebih ringkas faktor internal meliputi :

- 1) Faktor somatis (jenis kelamin, umur, ukuran tubuh, kondisi kesehatan, status gizi)
- 2) Faktor psikis (motivasi, persepsi, kepercayaan, keinginan, kepuasan, dan lain-lain)

### C. Kerangka Berfikir

Guru adalah faktor utama yang menentukan pendidikan. Guru berada di garda terdepan dalam menciptakan kualitas sumber daya manusia. Dalam menjalankan tugas dan pekerjaannya guru sering mengalami lelah saat bekerja, guru juga merasa bosan, pusing, sulit tidur, mudah marah, guru juga merasa cemas, dan terkadang guru lupa dengan jadwal kerja atau mengajar. Hal-hal tersebut merupakan gejala fisik dan psikologis dari stres kerja. Stres kerja pada guru berhubungan dengan kondisi kerja dan kesehatan fisik pada guru yang diakibatkan oleh bermacam-macam hal, termasuk dari tugas pokok guru dan tanggung jawab, tugas yang berat, ketidakjelasan, dan lain sebagainya. Guru rentan terhadap stres, segala macam bentuk stres pada dasarnya disebabkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengenali batas kemampuannya.

Menurut Robbins (2002) stres kerja adalah kondisi dinamis di tempat kerja dimana seorang individu dihadapkan dengan kesempatan, keterbatasan, atau tuntutan sesuai dengan harapan dan hasil yang ingin dia capai dalam kondisi pening dan tidak menentu. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah



yang akan menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah, dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar stress (Anoraga, 2009).

Rentannya kondisi guru terhadap stres kerja dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tekanan psikologis, faktor yang bersumber pada pekerjaan itu sendiri, faktor yang bersumber dari organisasi tempat kerja dan faktor eksternal di luar pekerjaannya. Salah satu faktor yang bersumber pada pekerjaannya diantaranya beban kerja (Dhanial, 2010).

Guru yang memiliki kemampuan kerja yang rendah rentan mengalami tekanan karena tidak mampu memenuhi tuntutan pekerjaannya. Stres kerja sebagai suatu ketidakmampuan tenaga kerja untuk menghadapi tuntutan tugas akibat ketidaknyamanan dalam bekerja. Guru dapat mengalami tekanan tersebut dari beban kerja dan situasi lingkungan dalam bekerja. Munandar (2001) mengatakan bahwa tuntutan tugas berlebih ataupun tuntutan tugas yang terlalu sedikit dapat menjadi pemicu munculnya stres. Gawron (2008) mengatakan bahwa beban kerja adalah sejumlah tuntutan tugas atau kegiatan yang membutuhkan aktivitas mental dan fisik yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu.

Beban kerja yang diberikan kepada guru harus sesuai dengan kapasitas yang dimiliki. Jika jumlah beban kerja diberikan melampaui kapasitas guru seperti batas waktu yang terlalu singkat, tentu saja hal itu akan mengurangi produktivitas kerja guru dan dalam melaksanakan tugasnya dan guru merasa kelelahan. Beban kerja yang dirasa cukup berat dapat berpengaruh pada kondisi fisik dan psikis pada seseorang. Jika jumlah beban terlalu sedikit juga dapat mempengaruhi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

kesjahteraan psikologi guru. Pada pekerjaan sederhana, dimana banyak terjadi pengulangan akan timbul rasa bosan dan monoton. Sementara jika tugas terlalu banyak dan tidak sesuai dengan kemampuan fisik dan ketersediaan waktu, maka hal tersebut akan menjadi sumber stres. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sakti (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada karyawan administrasi di Universitas X.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Elyani (2016) menunjukkan bahwa beban kerja yang berat dapat berdampak atau berpengaruh terhadap tingkat stres kerja seluruh perawat Instalasi Diagnostik Intervensi Kardiovaskular (IDIK). Penelitian Triana (2015) juga menunjukkan bahwa ada hubungan persepsi pada beban kerja guru dan kecerdasan emosi terhadap tingkat stres kerja guru. Beban kerja yang dirasakan oleh guru bisa menyebabkan munculnya stres kerja karena aturan-aturannya pada Tupoksi memiliki persyaratan yang cukup berat.

Berdasarkan pemahaman konseptual yang telah diterangkan maka dapat disimpulkan bahwa stres kerja akan muncul apabila beban kerja yang diberikan tinggi. Semakin berat beban yang diberikan, maka akan semakin tinggi stres kerja. Ketika beban kerja yang diberikan melampaui atau tidak sesuai dengan kapasitas yang dimiliki, maka stres kerja pada guru akan meningkat.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan kajian kepustakaan dan kerangka berfikir maka hipotesis dalam penelitian adalah ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SMA Negeri 1 Pekanbaru. Artinya, semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi pula stres kerja pada guru.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu bentuk penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasional yang bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian ini menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistika (Azwar, 2013). Penelitian dengan teknik ini merupakan penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel dengan teknik korelasional, seorang peneliti dapat berdasarkan koefisien korelasi.

#### B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel bebas (Sugiyono, 2012). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- |                  |     |               |
|------------------|-----|---------------|
| Variabel Bebas   | (X) | : Beban Kerja |
| Variabel Terikat | (Y) | : Stres Kerja |



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2013). Definisi operasional variabel sangat penting untuk menghindari kesalahpahaman tentang data yang akan dikumpulkan. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini ialah:

#### 1. Stres Kerja

Stres kerja adalah suatu ketegangan emosi yang dirasakan oleh guru di tempat kerja yang disebabkan oleh tekanan yang bersumber dari dirinya sendiri ataupun dari luar dirinya sehingga berpengaruh terhadap kondisi fisik, emosi dan proses berpikir. Stres kerja diukur menggunakan konsep dari Robbin (2002) yang terdiri dari aspek fisiologis, aspek psikologis dan aspek perilaku.

#### 2. Beban Kerja

Beban kerja adalah ketidakmampuan guru dalam melakukan sejumlah tuntutan tugas karena adanya perbedaan antara kemampuan yang dimiliki oleh guru dengan tuntutan tugas yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja diukur menggunakan konsep dari Munandar (2001) yang terdiri dari aspek beban kerja kuantitatif seperti melakukan banyak tugas dengan waktu yang sangat singkat dan pekerjaan yang banyak terjadi pengulangan sehingga menimbulkan rasa bosan, serta aspek beban kerja kualitatif seperti keberagaman pekerjaan yang memerlukan kemampuan teknis dan intelektual yang lebih tinggi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dari kemampuan atau potensi yang dimiliki, kemudian guru tidak diberi peluang untuk menggunakan keterampilan yang diperoleh.

### D. Subjek Penelitian

#### Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh guru SMA Negeri 1 Pekanbaru yang berjumlah 68 orang.

#### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling*, yaitu dengan teknik sampel jenuh. Sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2017). Arikunto (2008) mengatakan bahwa apabila dalam menentukan jumlah sampel yang diteliti jumlah subjeknya kurang dari 100, maka sampel tersebut lebih baik diambil semua sehingga penelitian itu merupakan penelitian populasi.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan konsep diatas, populasi dalam penelitian ini berjumlah 68 orang yang menjadi sampel penelitian.

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran terhadap subjek penelitian. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala adalah suatu prosedur pengambilan data yang merupakan suatu alat ukur aspek afektif yang merupakan konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu Azwar (2013). Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah skala beban kerja dan stres kerja.

#### 1. Skala Stres Kerja

Skala stres kerja merupakan modifikasi dari skala stres kerja Tosziah (2018), disusun berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Robbins (2002) yang terdiri dari tiga aspek, yaitu aspek fisiologis, aspek psikologis, dan aspek perilaku. Skala stres kerja dalam penelitian ini terdiri dari 36 aitem. Pemberian skor berdasarkan pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Dalam skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu, SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Untuk pernyataan *favorable* penilaian yang diberikan yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 4, S (Sesuai) memperoleh skor 3, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 1. Sedangkan penilaian yang diberikan pada pernyataan



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*unfavorable* yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 1, S (Sesuai) memperoleh skor 2, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 4.

**Tabel 3.1**  
**Blueprint skala stres kerja sebelum uji coba (*tryout*)**

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Aspek fisiologis	1, 8, 13, 24, 28, 30	2, 11, 17, 22, 25, 29	12
2	Aspek psikologis	14, 16, 19, 21, 23, 26	5, 18, 20, 27, 31, 35	12
3	Aspek perilaku	4, 6, 7, 10, 12, 33	3, 9, 15, 32, 34, 36	12
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

## 2. Skala Beban Kerja

Skala beban kerja disusun berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Munandar (2001). Skala ini merupakan modifikasi dari skala beban kerja Tosziah (2018) yang terdiri dari aspek beban kerja kuantitatif dan beban kerja kualitatif. Skala beban kerja dalam penelitian ini terdiri dari 24 aitem. Pemberian skor berdasarkan pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Dalam skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu, SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Penilaian yang diberikan untuk pernyataan *favorable* yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 4, S (Sesuai) memperoleh skor 3, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 1. Sedangkan penilaian yang diberikan pada pernyataan *unfavorable* yaitu SS (Sangat Sesuai) memperoleh skor 1, S (Sesuai)

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memperoleh skor 2, TS (Tidak Sesuai) memperoleh skor 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) memperoleh skor 4.

**Tabel 3.2****Blueprint skala beban kerja sebelum uji coba (tryout)**

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Beban Kerja Kuantitatif	1, 4, 10, 15, 18, 24	3, 11, 12, 14, 16, 22	12
2	Beban Kerja Kualitatif	2, 5, 7, 9, 13, 20	6, 8, 17, 19, 21, 23	12
<b>Jumlah</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	<b>24</b>

**F. Uji Coba Alat Ukur**

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, alat ukur yang digunakan harus diuji coba terlebih dahulu. Pelaksanaan uji coba dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian. Uji coba alat ukur dilakukan dengan cara memberikan skala penelitian kepada subjek. Uji coba alat ukur dilakukan kepada guru SMAN 11 Pekanbaru.

Pelaksanaan uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2019 s/d 14 Agustus 2019, dengan menyebarkan skala penelitian kepada 40 orang guru SMAN 11 Pekanbaru. Alat ukur yang diuji coba adalah skala beban kerja dan skala stres kerja.

**Validitas**

Validitas adalah sejauh mana alat ukur mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2013). Untuk mengetahui apakah sebuah skala mampu menghasilkan data akurat sesuai dengan tujuan ukurnya, diperlukan suatu proses pengujian validitas atau validasi (Azwar, 2017).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Suatu alat ukur yang tinggi validitasnya akan menghasilkan error pengukuran yang kecil, artinya skor setiap subjek yang diperoleh dari alat ukur tidak jauh berbeda dengan skor yang sesungguhnya (Azwar, 2013).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Azwar (2013) dalam bukunya mengemukakan bahwa validitas isi adalah sejauh mana aitem-aitem tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur (aspek representasi) dan sejauh mana aitem-aitem tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (aspek relevansi). Validitas isi dalam penelitian ini diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* yang dalam hal ini adalah dosen pembimbing.

## 2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2017). Selanjutnya Azwar menjelaskan bahwa pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total.

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total, biasanya digunakan batasan korelasi aitem total di atas 0,30. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya diskriminasinya dianggap memuaskan (Azwar, 2017). Azwar (2017) dalam bukunya juga



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjelaskan bahwa apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai. Uji daya diskriminasi aitem ini dibantu dengan menggunakan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 21 (SPSS 21) for Windows*.

Pada penelitian ini peneliti menentukan daya beda diatas atau sama dengan 0,25. Jadi aitem dengan koefisien  $< 0,25$  dinyatakan tidak valid, sedangkan aitem yang dianggap valid adalah aitem dengan koefisien korelasi  $> 0,25$ . Untuk indeks daya beda aitem dilihat menggunakan bantuan program komputer *Statistical Packages for Social Science version 21 (SPSS 21) for Windows*.

Berdasarkan hasil perhitungan pada skala stres kerja dari 36 aitem, diperoleh 25 aitem yang valid dengan koefisien korelasi daya butir aitem  $\geq 0,25$ . Berkisar dari 0,284 sampai 0,692. Sedangkan 11 aitem dinyatakan gugur. Aitem yang tidak valid adalah 1, 3, 5, 7, 11, 13, 15, 18, 27, 33, dan 34.

**Tabel 3.3**  
**Blueprint Skala Stres Krja (Try Out)**

No	Aspek	F		UF		Total
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Fisiologis	8, 24, 28, 30	1, 13	2, 17, 22, 25, 29	11	12
2.	Psikologis	14, 16, 19, 21, 23, 26	-	20, 31, 35	5, 18, 27	12
3.	Perilaku	4, 6, 10, 12	7, 33	9, 32, 36	3, 15, 34	12
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>36</b>

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem yang memenuhi kriteria dan gugur, maka disusun kembali *blueprint* skala stres kerja yang akan digunakan untuk penelitian. Uraian secara rinci dapat dilihat pada tabel 3.4 :

**Tabel 3.4**  
**Blueprint Skala Stres Kerja (Penelitian)**

No	Aspek	Valid		Total
		F	UF	
1.	Aspek Fisiologis	4, 16, 19, 21	1, 10, 14, 17, 20	9
2.	Aspek Psikologis	8, 9, 11, 13, 15, 18	12, 22, 24	9
3.	Aspek Perilaku	2, 3, 6, 7	5, 23, 25	7
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>11</b>	<b>25</b>

Pada skala beban kerja dari 24 aitem, diperoleh 18 aitem yang valid dengan koefisien korelasi daya butir aitem  $\geq 0,25$  berkisar dari 0,250 sampai 0,763. Sedangkan 6 aitem dinyatakan gugur. Aitem yang tidak valid adalah 4, 8, 10, 11, 14, dan 23.

**Tabel 3.5**  
**Blueprint Skala Beban Kerja (Try Out)**

No	Aspek	F		UF		Total
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Beban Kerja Kuantitatif	1, 15, 18, 24	4, 10	3, 12, 16, 22	11, 14	12
2.	Beban Kerja Kualitatif	2, 5, 7, 9, 13, 20	-	6, 17, 19, 21	8, 23	12
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>24</b>

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem yang memenuhi kriteria dan gugur, maka disusun kembali *blueprint* skala beban kerja yang akan digunakan untuk penelitian. Uraian secara rinci dapat dilihat pada tabel 3.6 :

**Tabel 3.6**  
**Blueprint Skala Beban Kerja (Penelitian)**

No	Aspek	Valid		Total
		F	UF	
1.	Beban Kerja Kuantitatif	1, 10, 13, 18	3, 8, 11, 17	8
2.	Beban Kerja Kualitatif	2, 4, 6, 7, 9, 15	5, 12, 14, 16	10
<b>Jumlah</b>		<b>10</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

**3. Reliabilitas**

Salah satu ciri instrument ukur yang berkualitas baik adalah reliabel, yaitu mampu menghasilkan skor secara cermat (Azwar, 2017). Azwar (2017) mengemukakan bahwa reliabilitas adalah keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Selanjutnya uji reliabilitas menurut Azwar (2013) dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat pengukur sama.

Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka pengukuran semakin reliabel. Dalam mengestimasi koefisien reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini peneliti



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 21 (SPSS 21) for Windows*.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas terhadap data uji coba, diperoleh koefisien reliabilitas dari setiap variabel penelitian adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.7**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

Alat Ukur	Jumlah Aitem	<i>Cronbach's Alpha</i>
Stres Kerja	25	0,881
Beban Kerja	18	0,873

**G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment* yang dibantu dengan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 21 (SPSS 21) for Windows*. Dasar pengambilan keputusan yang digunakan apabila koefisien product moment (r-hitung) dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p \text{ value} < 0,05$ ), maka hipotesis diterima.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SMAN 1 Pekanbaru. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi pula stres kerja. Sebaliknya, semakin rendah beban kerja maka semakin rendah pula stres kerja pada guru.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, berikut ini beberapa saran dari peneliti untuk kepada pihak-pihak terkait dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

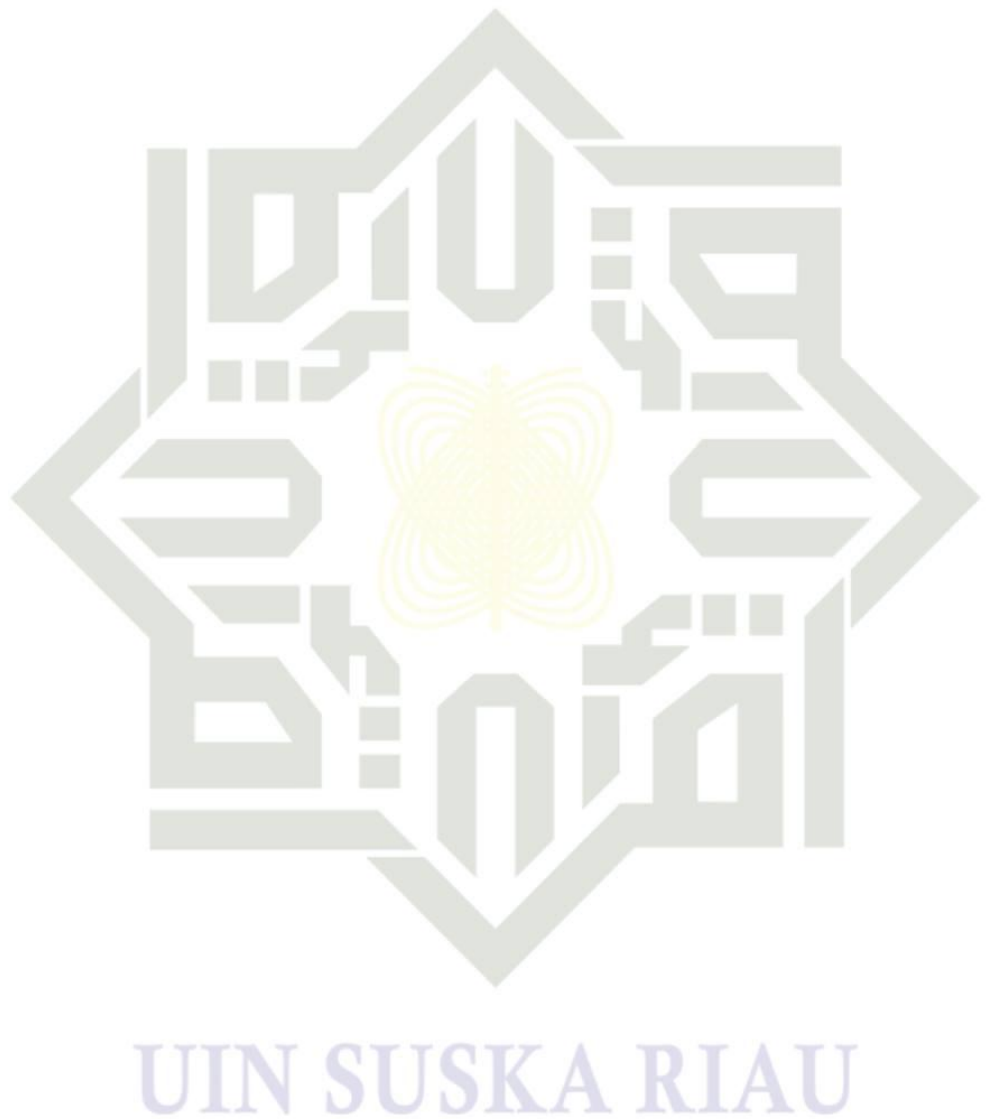
##### **1. Bagi Guru**

Bagi guru disarankan untuk dapat mengevaluasi beban kerja dengan cara memanfaatkan waktu istirahat sebaik mungkin agar pada saat melanjutkan pekerjaan, beban kerja pada guru tidak terlalu berat sehingga dapat meminimalisir terjadinya stres kerja pada guru.

##### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini hanya menekankan pada variabel beban kerja yang berpengaruh pada stres kerja. Peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama,

disarankan untuk mempelajari lebih dalam mengenai faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan stres kerja pada guru selain beban kerja. Adapun faktor lainnya seperti hubungan *shift* kerja, intelegensi pendidikan, kelelahan kerja, dan sebagainya.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aamodt, M. G. (2010). *Applied industrial / organizational psychology*. 6th ed. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Addison, A. K. & George, Y. (2015). An Investigation into How Female Teacher Manage Stress and Teacher Burnout: A Case Study of West Akim Municipality of Ghana. *Journal of Education and Practice*. Vol, 6. No, 10.
- Agung, Ivan Muhammad. (2016). *Aplikasi SPSS untuk Penelitian Psikologi*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.
- Anoraga, Pandji. (2009). *Psikologi Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Karya.
- Asifudin, A. J. (2016). Manajemen Pendidikan untuk Pondok Pesantren. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*. Vol, 1. No, 5.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budiman. (2018). Peranan Penerapan Sertifikasi Guru terhadap Kinerja Guru (Integrasi Psikologi Industri dan Organisasi Islami). *Jurnal Psikologi Islami*. Vol, 4. No, 1.
- Cooper, C., Valerie J. S., & Ashley W. (2010). *Organizational Stress Management*. New York: Palgrave Macmillan.
- Dhania, Dhini R. (2010). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja (Studi pada Medical Representatif di Kota Kudus). *Jurnal Psikologi Uiversitas Muria Kudus*. Vol, 1. No, 1.
- Elyani, Nur. & L.I Irmawati. (2016). Analisis Tingkat Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat di Instalasi Diagnostik Intervensi Kardiovaskular. *Jurnal Manajemen Kesehatan STIKES*. Vol, 2. No, 2.
- Fahmsyah, D. (2017). Analisis Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja. *The Indonesian Journal Of occupational Safety and Health*. Vol, 6. No, 1.
- Febriana, K. T. S. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja. *Jurnal Ecopsy*. Vol, 1. No, 1.
- Felanny & Sukma R. M. (2013). Hubungan Stres Kerja dan Kepuasan Kerja pada Karyawan Perusahaan X. *Jurnal NOETIC Psychology*. Vol, 03. No, 2.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Fiehl, A. (2009). *Discovering Statistic Using SPSS. Third Edition*. Los Angeles: Sage Publications.
- Gael, L. T. N. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respon, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*. Vol, 24. No, 1.
- Gawron, V. J. (2008). *Human Performance, Workload, and Situational Awareness Measures Handbook, Second Edition*. USA: CRC Press Taylor & Francis Group.
- Greenberg, J. S. (2010). *Comprehensive Stress Management*. 12th Ed. New York: McGraw-Hill.
- Harahap, R. F. (2014). Nilai Penting Pendidikan Karakter. Okezone.com (<https://news.okezone.com/read/2014/03/13/560/954681/nilai-penting-pendidikan-karakter>). Diakses pada tanggal 3 Oktober 2018.
- Harrington, R. (2013). *Stress, health & Well-Being Thriving in The 21st Century*. Victoria: Wadsworth Cengage Learning.
- Hidayati, R., Yadi, P., & Susatyo, Y. (2010). Korelasi Kecerdasan Emosi dan Stres Kerja dengan Kinerja. *Jurnal Ilmia Berkala Psikologi*. Vol, 12. No, 1.
- Intani, A.C. (2013). Hubungan Beban Kerja dengan Stres pada Petani Lansia Dikelompok Tani Tembakau Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Noviansyah, Aditia. (2017). Ini Isi Peraturan Mendikbud tentang Full Day School. Kumparan.com (<https://kumparan.com/@kumparannews/ini-isi-peraturan-mendikbud-tentang-full-day-school>). Diakses pada tanggal 7 Februari 2019.
- Macdonald, W. (2003). The Impact of Job Demand and Workload on Stress and Fatigue. La Trobe University. *Australian Psychologist*. Vol, 38. No, 2.
- Mangkunegara, P. A. A.A., & Mela, P. (2015). Kecerdasan Emosi, Stres Kerja, dan Kinerja Guru SMA. *Jurnal Kependidikan*. Vol, 45. No, 2.
- MENPAN. (2004). *Keputusan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara No : KEP/75/M.PAN/7/2004. Tentang Pedoman Perhitungan Kebutuhan Pegawai Berdasarkan Beban Kerja dalam Rangka Penyusunan Formasi Pegawai Negeri Sipil*.
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI-Press.
- Nurmiyanto, Eko. (2003). *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Guna Widya.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Riva, Veithzal. (2006). *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan: Dari Teori ke Praktek*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Robbins, S. P. (2002). *Prinsip-prinsip Perilaku Organisasi (Edisi Kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Indeks.
- Sakti, E. W. (2016). Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja pada Karyawan Administrasi di Universitas X. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. Vol, 5. No, 1.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Schiff, M & Leslie, L. (2018). The Impact of Job Expectations, Workload, and Autonomy on Work Related Stress Among Prison Wardens in The United States. *Criminal Justice and Behavior*. Vol, XX. NO, X. DOI: 10.1177/0093854818802876
- Shabbir, B & Raza, N. (2017). Impact of Workload and Job Complexity on Employee Job Performance with the Moderating Role of Social Support and Mediating Role Job Stress: A Study of Travel agencies in Rawalpindi, Islamabad and AJK. *Journal of Accounting & Marketing*. Vol, 6. Issue, 1. DOI: 10.4172/2168-9601.1000214.
- Sevilla, Consuelo G., dkk. (1993). *Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Suarthana, J. H. P & I, Gede. R. (2016). The Effect of Psychological Contract Breach and Workload on Intention to Leave: Mediating Role of Job Stress. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 219, 717-723.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surabrata, Sumadi. (2004). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Susetyo, R. I & Ika, Z. R. (2016). Persepsi terhadap Keselamatan dan Kesehatan Kerja dan Stres Kerja pada Karyawan bagian Produksi PT X di Bekasi. *Jurnal Empati*. Vol, 5. No, 1.
- Syaif, R. D. & Endang, S. I. (2016). Hubungan Antara Kepuasan dengan Stres Kerja pada Sopir Bus PO AGRA MAS (Divisi AKAP) Jurusan Wonogiri-Jakarta. *Jurnal Empati*. Vol, 5. No, 3.
- Tarwaka., Solichul, HA.B., Lirik, S. (2004). *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja, dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Tosyah, S. (2018). Hubungan Antara Beban Kerja dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Perawat. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.
- Triana, K., dkk. (2015). Kontribusi Persepsi pada Beban Kerja dan Kecerdasan Emosi Terhadap Stres Kerja Guru SMP yang Tersertifikasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol, 3. No, 1.
- Wijaya, Hendra. (2017). Full Day School di Antara Optimisme dan Rasa Cemas. Kompasiana.com(<https://www.kompasiana.com/rabi/594769912f283c50fc269ec2/full-day-school-di-antara-optimisme-dan-rasa-cemas?page=all>). Diakses pada tanggal 4 April 2019.
- Wijono, Sutarto. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi: Dalam Suatu Bidang Gerak Psikologi Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Kencana.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN A

## Lembar Validasi Alat Ukur

UIN SUSKA RIAU



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

**SKALA STRES KERJA**

1. Definisi Operasional

Stres kerja adalah suatu kondisi yang tidak seimbang yang dirasakan oleh guru di tempat kerja yang disebabkan oleh tekanan yang bersumber dari dirinya sendiri ataupun dari luar dirinya sehingga berpengaruh terhadap kondisi fisik, emosi dan proses berpikir. Stres kerja diukur dengan menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala stres kerja Tosziah (2018) yang berlandaskan teori Robbins (2002).

2. Skala yang digunakan : Skala Stres Kerja
- [ ] Buat Sendiri
- [ ] Terjemahan
- [ √ ] Modifikasi
3. Jumlah Aitem : 36
4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)
5. Penilaian Setiap Butir Aitem : SS = Sangat Setuju
- S = Setuju
- TS = Tidak Setuju
- STS = Sangat Tidak Setuju

6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon pada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen stres kerja yang meliputi aspek fisiologis, psikologis dan aspek perilaku.

Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab :

Aitem : Saya menyelesaikan pekerjaan tepat waktu

R	KR	TR
( )	( )	( )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut sangat relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Aspek Fisiologis	Penurunan metabolisme tubuh, mempercepat detak jantung dan sesak nafas, mudah sakit kepala.	1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu membuat saya sakit kepala (F)	✓			
		8	Saya merasa letih ketika bekerja (F)	✓			
		13	Saya merasa otot leher, bahu dan punggung kaku setelah selesai bekerja (F)	✓			
		24	Dada saya terasa nyeri saat mengerjakan tugas yang berat (F)	✓			
		28	Jika sedang banyak pekerjaan otot kaki saya terasa tegang (F)	✓			
		30	Mulut dan kerongkongan saya kering ketika bekerja (F)	✓			
		2	Saya jarang merasa sakit kepala (UF)	✓			
		11	Pernafasan saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan (UF)	✓			
		17	Saya tetap bugar meskipun seharian bekerja (UF)	✓			
		22	Meski sibuk bekerja, saya tetap menjaga kesehatan saya (UF)	✓			
		25	Detak jantung saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan (UF)	✓			





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek Psikologis	Tidak puas, merasa tegang, gelisah, perubahan emosi, suka menunda suatu hal.	29	Saya tetap merasa fit meskipun telah melakukan aktifitas pekerjaan seharian (UF)	✓			
		14	Saya merasa cemas jika pekerjaan saya belum selesai (F)	✓			
		16	Saya sangat menunggu waktunya libur kerja (F)	✓			
		19	Saya merasa bosan melaksanakan pekerjaan sehari-hari (F)	✓			
		21	Saya merasa kurang semangat mengerjakan pekerjaan yang telah diperintahkan (F)	✓			
		23	Saya menjadi mudah marah ketika pekerjaan kurang sesuai dengan yang saya harapkan (F)	✓			
		26	Saya merasa tegang saat atasan memeriksa hasil kerja saya (F)	✓			
		5	Saya dapat mengontrol emosi dengan baik saat sedang bekerja (UF)	✓			
		18	Saya bersemangat saat bekerja (UF)	✓			
		20	Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan (UF)	✓			
		27	Saya mengerjakan tugas-tugas yang menumpuk dengan senang hati (UF)	✓			
		31	Saya nyaman saat melakukan pekerjaan (UF)	✓			
Aspek perilaku	Mudah lupa, perubahan pola tidur dan makan, meningkatnya konsumsi rokok dan alkohol, berbicara dengan cepat, menarik diri dari sosial.	35	Saya merasa tenang ketika ada pekerjaan saya yang bermasalah (UF)	✓			
		4	Saya lupa jadwal kelas yang akan saya ajar (F)	✓			
		6	Saat bekerja saya lebih suka berbicara dengan cepat (F)	✓			
		7	Saya selalu hadir disetiap jam masuk kerja (F)	✓			
		10	Saya mengalami gangguan makan saat menghadapi banyak masalah dalam pekerjaan (F)	✓			
		12	Saya berselisih paham dengan rekan kerja saya (F)	✓			
		33	Saya merokok saat ada masalah dalam pekerjaan (F)	✓			
		3	Saya memiliki hubungan yang dekat dengan rekan kerja (UF)	✓			
		9	Saya berusaha berhubungan	✓			





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		baik dengan rekan kerja (UF)				
15		Saya mengikuti acara yang diadakan sekolah (UF)	✓			
32		Pola tidur saya terjaga meski banyak <i>deadline</i> pekerjaan (UF)	✓			
34		Saya selalu mengerjakan pekerjaan tepat waktu (UF)	✓			
36		Nafsu makan saya tetap terjaga meski banyak pekerjaan yang belum selesai (UF)	✓			

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

Sesuai dengan indikator

.....

.....

.....

2. Bahasa

Isi baik

.....

.....

.....

3. Jumlah aitem

36 aitem

.....

.....

.....

Pekanbaru, 21-5-2019

Validator

Linda Aryani, M. Si

NIP: 19740212 200710 2 002





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### BEBAN KERJA

#### 1. Definisi Operasional

Beban kerja adalah keadaan yang dirasakan oleh guru sekolah yang tidak mampu melakukan sejumlah tuntutan tugas meliputi aktivitas fisik dan psikis yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu karena adanya perbedaan antara kemampuan yang dimiliki oleh guru dengan tuntutan tugas yang harus dihadapi. Beban kerja diukur dengan menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala Dewi (2013) yang berlandaskan teori Munandar (2001).

#### 2. Skala yang digunakan

: Skala Beban Kerja

[ ] Buat Sendiri

[ ] Terjemahan

[ √ ] Modifikasi

#### 3. Jumlah Aitem

: 24

#### 4. Jenis Format dan Respon

: Persetujuan (*Rating*)

#### 5. Penilaian Setiap Butir Aitem

: SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

#### 6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon pada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen beban kerja yang meliputi aspek beban mental, beban fisik dan aspek waktu.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab :

Aitem : Saya menyelesaikan pekerjaan tepat waktu

R	KR	TR
( )	( )	( )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut sangat relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
			R	KR	TR	
Beban Kerja Kuantitatif	1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan membuat saya merasa terbebani (F)	✓			
	4	Target kerja yang harus saya lakukan kurang sesuai dengan waktu yang seharusnya (F)	✓			
	10	Pekerjaan saya belum optimal karena waktu kerja yang kurang memadai (F)	✓			
	15	Banyaknya pekerjaan yang harus saya lakukan, sehingga mengurangi konsentrasi saya (F)	✓			
	18	Jumlah target yang harus saya selesaikan dengan waktu kerja yang sempit membuat saya gelisah (F)	✓			
	24	Waktu yang diberikan tidak sesuai dengan banyaknya pekerjaan yang saya lakukan (F)	✓			
	3	Dalam waktu singkat saya mampu menyelesaikan	✓			



### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		banyak pekerjaan (UF)				
	11	Saat bekerja saya memiliki waktu luang untuk bersantai (UF)	✓			
	12	Jam kerja saya sudah sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan (UF)	✓			
	14	Saya mampu menyelesaikan pekerjaan tepat pada waktu yang ditentukan (UF)	✓			
	16	Saya dapat menikmati pekerjaan yang saya lakukan (UF)	✓			
	22	Daya tahan tubuh saya kuat walaupun banyak pekerjaan yang harus dikerjakan (UF)	✓			
Beban Kerja Kualitatif	2	Saya merasa gelisah ketika pekerjaan belum selesai sesuai target yang ditentukan (F)	✓			
	5	Kritikan terhadap pekerjaan saya membuat konsentrasi saya terganggu (F)	✓			
	7	Saya kecewa ketika pekerjaan saya kurang mendapat penghargaan dari atasan (F)	✓			
	9	Dalam bekerja saya sering lupa terhadap apa yang saya kerjakan (F)	✓			
	13	Saya merasa lelah saat pekerjaan menumpuk (F)	✓			
	20	Menurut saya pekerjaan yang diberikan menguras tenaga (F)	✓			
	6	Saya mampu mengerjakan pekerjaan yang menumpuk (UF)	✓			
	8	Saya dapat mengatasi masalah yang ada dalam pekerjaan (UF)	✓			
	17	Saya tetap menyelesaikan pekerjaan meskipun diberi tugas tambahan (UF)	✓			
	19	Dalam bekerja saya dapat mengingat pada sesuatu yang saya kerjakan (UF)	✓			
	21	Saya dapat mengambil keputusan dalam bekerja (UF)	✓			





**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	23	Saya takut jika ada kesalahan dalam pekerjaan saya (UF)	✓			
--	----	---	---	--	--	--

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

Sesuai dengan indikator

2. Bahasa

Cukup baik

3. Jumlah aitem

24 aitem

Pekanbaru, 21-5-2019

Validator

Linda Aryani M. Si

NIP: 19740212 200710 2 002





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA STRES KERJA

#### 1. Definisi Operasional

Stres kerja adalah suatu kondisi yang tidak seimbang yang dirasakan oleh guru di tempat kerja yang disebabkan oleh tekanan yang bersumber dari dirinya sendiri ataupun dari luar dirinya sehingga berpengaruh terhadap kondisi fisik, emosi dan proses berpikir. Stres kerja diukur dengan menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala stres kerja Tosziah (2018) yang berlandaskan teori Robbins (2002).

2. Skala yang digunakan : Skala Stres Kerja
  - ☐ Buat Sendiri
  - ☐ Terjemahan
  - ☒ Modifikasi
3. Jumlah Aitem : 36
4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)
5. Penilaian Setiap Butir Aitem :
  - SS = Sangat Setuju
  - S = Setuju
  - TS = Tidak Setuju
  - STS = Sangat Tidak Setuju

#### 6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon pada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen stres kerja yang meliputi aspek fisiologis, psikologis dan aspek perilaku.

Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari



#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab :

Aitem : Saya menyelesaikan pekerjaan tepat waktu

R	KR	TR
( )	( )	( )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut sangat relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan		Pilihan jawaban			Ket
			Asli	Modifikasi	R	KR	TR	
Aspek Fisiologis	Penurunan metabolisme tubuh, mempercepat detak jantung dan sesak nafas, mudah sakit kepala.	1	Saya pusing jika terlalu lama bekerja (F)	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu membuat saya sakit kepala (F)	✓			
		8		Saya merasa letih ketika bekerja (F)	✓			
		13	Bekerja terlalu lama membuat leher dan punggung saya kaku (F)	Saya merasa otot leher, bahu dan punggung kaku setelah selesai bekerja (F)	✓			
		24	Dada saya terasa nyeri saat mengerjakan tugas yang berat (F)		✓			
		28		Jika sedang banyak pekerjaan otot kaki saya terasa tegang (F)	✓			
		30		Mulut dan kerongkongan saya kering ketika bekerja (F)	✓			
		2		Saya jarang merasa sakit kepala (UF)	✓			
		11		Pernafasan saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan (UF)	✓			
		17	Saya kuat bekerja bahkan saat lembur (UF)	Saya tetap bugar meskipun seharian bekerja (UF)	✓			
		22		Meski sibuk bekerja saya tetap menjaga kesehatan saya (UF)	✓			
		25		Detak jantung saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan (UF)	✓			





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		29		Saya tetap merasa fit meskipun telah melakukan aktifitas pekerjaan sehari-hari (UF)	✓			
Aspek Psikologis	Tidak puas, merasa tegang, gelisah, perubahan emosi, suka menunda suatu hal	14	Pekerjaan yang tidak selesai membuat saya merasa bersalah terhadap perusahaan (UF)	Saya merasa cemas jika pekerjaan saya belum selesai (F)	✓			
		16		Saya sangat menunggu waktunya libur kerja (F)	✓			
		19		Saya merasa bosan melaksanakan pekerjaan sehari-hari (F)	✓			
		21	Saya bersemangat dalam mengerjakan setiap tugas yang diberikan (UF)	Saya merasa kurang semangat mengerjakan pekerjaan yang telah diperintahkan (F)	✓			
		23		Saya menjadi mudah marah ketika pekerjaan kurang sesuai dengan yang saya harapkan (F)	✓			
		26	Saya merasa was-was ketika atasan memeriksa hasil kerja saya (F)	Saya merasa tegang saat atasan memeriksa hasil kerja saya (F)	✓			
		5	Saya dapat mengontrol emosi dengan baik saat berada di kantor (UF)	Saya dapat mengontrol emosi dengan baik saat sedang bekerja (UF)	✓			
		18		Saya bersemangat saat bekerja (UF)	✓			
		20		Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan (UF)	✓			
		27		Saya mengerjakan				



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

				tugas-tugas yang menumpuk dengan senang hati (UF)	✓			
		31		Saya nyaman saat melakukan pekerjaan (UF)	✓			
		35	Permasalahan yang terjadi dalam pekerjaan akan saya hadapi dengan tenang (UF)	Saya merasa tenang ketika ada pekerjaan saya yang bermasalah (UF)	✓			
Aspek Perilaku	Mudah lupa, perubahan pola tidur dan makan, meningkatnya konsumsi rokok dan alkohol, berbicara dengan cepat, menarik diri dari sosial.	4		Saya lupa jadwal kelas yang akan saya ajar (F)	✓			
		6		Saat bekerja saya lebih suka berbicara dengan cepat (F)	✓			
		7		Saya selalu hadir setiap jam masuk kerja (F)	✓			
		10		Saya mengalami gangguan makan saat menghadapi banyak masalah dalam bekerja (F)	✓			
		12		Saya berselisih paham dengan rekan kerja saya (F)	✓			
		33	Saya minum minuman beralkohol untuk melupakan masalah (F)	Saya merokok saat ada masalah dalam pekerjaan (F)	✓			
		3	Saya memiliki hubungan yang dekat dengan rekan kerja (UF)		✓			
		9		Saya berusaha berhubungan baik dengan rekan kerja (UF)	✓			
		15	Saya malas untuk datang ke acara <i>family gathering</i> (F)	Saya mengikuti acara yang diadakan sekolah (UF)	✓			
		32	Pola tidur saya					



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	terjaga meski banyak <i>deadline</i> pekerjaan (UF)		✓			
34		Saya selalu mengerjakan pekerjaan tepat waktu (UF)	✓			
36	Nafsu makan saya tetap terjaga meski banyak pekerjaan yang belum selesai (UF)		✓			





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

.....  
 .....  
 .....  
 .....

2. Bahasa

.....  
 .....  
 .....

3. Jumlah aitem

.....  
 .....  
 .....

Pekanbaru, 5 June '15

Validator

.....

H. Jhon Herwanto, M. Si  
 NIP: 19701030 199903 1 004



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

**BEBAN KERJA**

1. Definisi Operasional

Beban kerja adalah keadaan yang dirasakan oleh guru yang tidak mampu melakukan sejumlah tuntutan tugas karena adanya perbedaan antara kemampuan yang dimiliki oleh guru dengan tuntutan tugas yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja diukur dengan menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala Tosziah (2018) yang berlandaskan teori Munandar (2001).

2. Skala yang digunakan : Skala Beban Kerja
- [ ] Buat Sendiri
- [ ] Terjemahan
- [ √ ] Modifikasi
3. Jumlah Aitem : 24
4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)
5. Penilaian Setiap Butir Aitem : SS = Sangat Sesuai
- S = Sesuai
- TS = Tidak Sesuai
- STS = Sangat Tidak Sesuai

6. Petunjuk

Pada bagian ini saya memohon pada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pertanyaan/ Pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen beban kerja yang meliputi aspek beban mental, beban fisik dan aspek waktu.

Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari



#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab :

Aitem : Saya menyelesaikan pekerjaan tepat waktu

R	KR	TR
---	----	----

( )	( )	( )
-----	-----	-----

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut sangat relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu memberi *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	No	Pernyataan		Pilihan jawaban			Ket
		Asli	Modifikasi	R	KR	TR	
Beban Kerja Kuantitatif	1	Terlalu banyaknya pekerjaan yang harus dilakukan demi kesehatan dan keselamatan pasien membuat saya merasa lelah (UF)	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan membuat saya merasa terbebani (F)	✓			
	4		Target kerja yang harus saya lakukan kurang sesuai dengan waktu yang seharusnya (F)	✓			
	10		Pekerjaan yang belum optimal karena waktu kerja yang kurang memadai (F)	✓			
	15		Banyaknya pekerjaan yang harus saya lakukan, sehingga mengurangi konsentrasi saya (F)	✓			
	18		Jumlah target yang harus saya selesaikan dengan waktu kerja yang sempit membuat saya gelisah (F)	✓			
	24		Waktu yang diberikan tidak sesuai dengan banyaknya pekerjaan yang saya lakukan (F)	✓			
	3		Dalam waktu singkat saya mampu menyelesaikan banyak pekerjaan (UF)	✓			
	11		Saat bekerja saya memiliki waktu luang untuk bersantai (UF)	✓			
	12		Jam kerja saya sudah sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan (UF)	✓			
	14		Saya mampu menyelesaikan pekerjaan tepat pada waktu yang ditentukan (UF)	✓			
	16		Saya dapat menikmati pekerjaan yang saya lakukan (UF)	✓			



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	22	Saya sering merasa lelah karena kurangnya tenaga perawat dibanding dengan jumlah pasien (UF)	Daya tahan tubuh saya kuat walaupun banyak pekerjaan yang harus dikerjakan (UF)	✓			
Beban Kerja Kualitatif	2		Saya merasa gelisah ketika pekerjaan belum selesai sesuai target yang ditentukan (F)	✓			
	5		Kritikan terhadap pekerjaan saya membuat konsentrasi saya terganggu (F)	✓			
	7		Saya kecewa ketika pekerjaan saya kurang mendapat penghargaan dari atasan (F)	✓			
	9		Dalam bekerja saya sering lupa terhadap apa yang saya kerjakan (F)	✓			
	13		Saya merasa lelah saat pekerjaan menumpuk (F)	✓			
	20		Menurut saya pekerjaan yang diberikan menguras tenaga (F)	✓			
	6		Saya mampu mengerjakan pekerjaan yang menumpuk (UF)	✓			
	8	Saya selalu bertanggung jawab dalam melaksanakan perawatan pasien di ruangan (F)	Saya dapat mengatasi masalah yang ada dalam pekerjaan (UF)	✓			
	17		Saya tetap menyelesaikan pekerjaan meskipun diberi tugas tambahan (UF)	✓			
	19		Dalam bekerja saya dapat mengingat pada sesuatu yang saya kerjakan (UF)	✓			
	21	Setiap saat saya selalu dihadapkan pada keputusan yang tepat untuk penanganan pasien	Saya dapat mengambil keputusan dalam bekerja (UF)	✓			





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	(F)					
23	Saya merasa takut setiap saat menghadapi pasien dengan karakteristik tidak berdaya, koma dan kondisi terminal (UF)	Saya takut jika ada kesalahan dalam pekerjaan saya (UF)	✓			

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator)

.....  
 .....  
 .....

2. Bahasa

.....  
 .....  
 .....

3. Jumlah aitem

.....  
 .....  
 .....

Pekanbaru, 5 Juli '19

Validator

.....

H. Jhon Herwanto, M. Si  
 NIP: 19701030 199903 1 004



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN B

## Skala *Try Out*

UIN SUSKA RIAU



## INSTRUMEN PENELITIAN

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau

1. Kepada Responden  
 a. Kepada empat

1. Bismillahirrahmanirrahim  
 Bismillahirrahmanirrahim warohmatullahi wabarokatuh

Perkenalkan saya Petriana Refiany, Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam  
 Syarif Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian, saya meminta  
 kesediaan dari bapak/ibu untuk dapat berpartisipasi dalam penelitian ini.

Skala ini diberikan petunjuk pengisian, untuk itu bapak/ibu diminta untuk membaca  
 petunjuk pengisian terlebih dahulu agar dapat membantu dalam menjawab setiap pertanyaan  
 yang ada. Jawaban yang diberikan adalah jawaban yang benar-benar menggambarkan diri  
 bapak/ibu.

Identitas dan jawaban yang bapak/ibu berikan akan dijamin kerahasiaannya, sehingga  
 tidak akan diketahui oleh orang lain atau dipublikasikan, serta tidak digunakan untuk  
 kepentingan lain selain penelitian ini. Atas perhatian dan kesediaan bapak/ibu, saya ucapkan  
 terimakasih.

Hormat Saya

Petriana Refiany

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

2. Diarangi mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



## Identitas Diri

1. Nama / Initial :

## Hak

Jenis Kelamin :

Pendidikan Terakhir :  
Maka Keria :

- a) 1 – 5 Tahun
- b) 6 – 10 Tahun
- c) > 10 Tahun

### Petunjuk Pengisian Skala

Bacalah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikanlah jawaban atau respon dengan **tanda Checklist** (✓) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri bapak/ibu. Saya harap bapak/ibu mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai, pastikan tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

### Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu membuat saya sakit kepala	√			

~~K~~eterangan :

SS = Sangat Sesuai

= Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

**SELAMAT MENGERJAKAN 😊**

## SKALA A

	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1. Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu membuat saya sakit kepala					
2. Saya jarang merasa sakit kepala					
3. Saya memiliki hubungan yang dekat dengan rekan kerja					
4. Saya lupa jadwal kelas yang akan saya ajar					
5. Saya dapat mengontrol emosi dengan baik saat sedang bekerja					
6. Saat bekerja saya lebih suka berbicara dengan cepat					
7. Saya selalu hadir disetiap jam masuk kerja					
8. Saya merasa letih ketika bekerja					
9. Saya berusaha berhubungan baik dengan rekan kerja					
10. Saya mengalami gangguan makan saat menghadapi banyak masalah dalam pekerjaan					
11. Pernafasan saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan					
12. Saya berselisih paham dengan rekan kerja saya					
13. Saya merasa otot leher, bahu dan punggung kaku setelah selesai bekerja					
14. Saya merasa cemas jika pekerjaan saya belum selesai					
15. Saya mengikuti acara yang diadakan sekolah					
16. Saya sangat menunggu waktunya libur kerja					
17. Saya tetap bugar meskipun seharian bekerja					
18. Saya bersemangat saat bekerja					
19. Saya merasa bosan melaksanakan pekerjaan sehari-hari					
20. Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan					
21. Saya merasa kurang semangat mengerjakan pekerjaan yang telah diperintahkan					
22. Meski sibuk bekerja, saya tetap menjaga kesehatan saya					
23. Saya menjadi mudah marah ketika pekerjaan kurang sesuai dengan yang saya harapkan					
24. Dada saya terasa nyeri saat mengerjakan tugas yang berat					
25. Detak jantung saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan					
26. Saya merasa tegang saat atasan memeriksa hasil kerja saya					
27. Saya mengerjakan tugas-tugas yang					

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.





2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

	menumpuk dengan senang hati				
28	Jika sedang banyak pekerjaan otot kaki saya terasa tegang				
29	Saya tetap merasa fit meskipun telah melakukan aktifitas pekerjaan sehari-hari				
30	Mulut dan kerongkongan saya kering ketika bekerja				
31	Saya nyaman saat melakukan pekerjaan				
32	Pola tidur saya terjaga meski banyak <i>deadline</i> pekerjaan				
33	Saya merokok saat ada masalah dalam pekerjaan				
34	Saya selalu mengerjakan pekerjaan tepat waktu				
35	Saya merasa tenang ketika ada pekerjaan saya yang bermasalah				
36	Nafsu makan saya tetap terjaga meski banyak pekerjaan yang belum selesai				

#### SKALA B

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan membuat saya merasa terbebani				
2	Saya merasa gelisah ketika pekerjaan belum selesai sesuai target yang ditentukan				
3	Dalam waktu singkat saya mampu menyelesaikan banyak pekerjaan				
4	Target kerja yang harus saya lakukan kurang sesuai dengan waktu yang seharusnya				
5	Kritikan terhadap pekerjaan saya membuat konsentrasi saya terganggu				
6	Saya mampu mengerjakan pekerjaan yang menumpuk				
7	Saya kecewa ketika pekerjaan saya kurang mendapat penghargaan dari atasan				
8	Saya dapat mengatasi masalah yang ada dalam pekerjaan				
9	Dalam bekerja saya sering lupa terhadap apa yang saya kerjakan				
10	Pekerjaan saya belum optimal karena waktu kerja yang kurang memadai				
11	Saat bekerja saya memiliki waktu luang untuk bersantai				
12	Jam kerja saya sudah sesuai dengan				



	ketentuan yang ditetapkan				
13	Saya merasa lelah saat pekerjaan menumpuk				
14	Saya mampu menyelesaikan pekerjaan tepat pada waktu yang ditentukan				
15	Banyaknya pekerjaan yang harus saya lakukan, sehingga mengurangi konsentrasi saya				
16	Saya dapat menikmati pekerjaan yang saya lakukan				
17	Saya tetap menyelesaikan pekerjaan meskipun diberi tugas tambahan				
18	Jumlah target yang harus saya selesaikan dengan waktu kerja yang sempit membuat saya gelisah				
19	Dalam bekerja saya dapat mengingat pada sesuatu yang saya kerjakan				
20	Menurut saya pekerjaan yang diberikan menguras tenaga				
21	Saya dapat mengambil keputusan dalam bekerja				
22	Daya tahan tubuh saya kuat walaupun banyak pekerjaan yang harus dikerjakan				
23	Saya takut jika ada kesalahan dalam pekerjaan saya				
24	Waktu yang diberikan tidak sesuai dengan banyaknya pekerjaan yang saya lakukan				

**Terimakasih atas kesediaan dan kejujuran bapak/ibu dalam mengisi skala ini. Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan bapak/ibu dan dilancarkan segala urusannya. Aamiin"**

UIN SUSKA RIAU

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN C

## Skala Penelitian

UIN SUSKA RIAU

## INSTRUMEN PENELITIAN

Kepada Responden

Di empat

Assalamualaikum warohmatullahi wabarokatuh

Perkenalkan saya Petriana Refiany, Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian, saya meminta kesediaan dari bapak/ibu untuk dapat berpartisipasi dalam penelitian ini.

Skala ini diberikan petunjuk pengisian, untuk itu bapak/ibu diminta untuk membaca petunjuk pengisian terlebih dahulu agar dapat membantu dalam menjawab setiap pertanyaan yang ada. Jawaban yang diberikan adalah jawaban yang benar-benar menggambarkan diri Bapak/ibu.

Identitas dan jawaban yang bapak/ibu berikan akan dijamin kerahasiaannya, sehingga tidak akan diketahui oleh orang lain atau dipublikasikan, serta tidak digunakan untuk kepentingan lain selain penelitian ini. Atas perhatian dan kesediaan bapak/ibu, saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya

Petrian Refiany

UIN SUSKA RIAU





## Identitas Diri

1. Nama / Inisial :  
 2. Jenis Kelamin :  
 3. Pendidikan Terakhir :  
 4. Mata Kerja :  
 a) 1 – 5 Tahun  
 b) 6 – 10 Tahun  
 c) > 10 Tahun

## Petunjuk Pengisian Skala

Bacalah setiap pernyataan dengan baik, kemudian berikanlah jawaban atau respon dengan **tanda Checklist** (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri bapak/ibu. Saya harap bapak/ibu mengisi skala ini dengan cermat hingga selesai, pastikan tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

### Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu membuat saya sakit kepala	√			

Peteterangan :

SS = Sangat Sesuai  
 S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

**SELAMAT MENGERJAKAN ☺**

UIN SUSKA RIAU



## SKALA A

	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya jarang merasa sakit kepala				
2	Saya lupa jadwal kelas yang akan saya ajar				
3	Saat bekerja saya lebih suka berbicara dengan cepat				
4	Saya merasa letih ketika bekerja				
5	Saya berusaha berhubungan baik dengan rekan kerja				
6	Saya mengalami gangguan makan saat menghadapi banyak masalah dalam pekerjaan				
7	Saya berselisih paham dengan rekan kerja saya				
8	Saya merasa cemas jika pekerjaan saya belum selesai				
9	Saya sangat menunggu waktunya libur kerja				
10	Saya tetap bugar meskipun seharian bekerja				
11	Saya merasa bosan melaksanakan pekerjaan sehari-hari				
12	Saya puas dengan hasil kerja yang saya lakukan				
13	Saya merasa kurang semangat mengerjakan pekerjaan yang telah diperintahkan				
14	Mei ki sibuk bekerja, saya tetap menjaga kesehatan saya				
15	Saya menjadi mudah marah ketika pekerjaan kurang sesuai dengan yang saya harapkan				
16	Dada saya terasa nyeri saat mengerjakan tugas yang berat				
17	Detak jantung saya terasa normal meskipun banyak pekerjaan				
18	Saya merasa tegang saat atasan memeriksa hasil kerja saya				
19	Jika sedang banyak pekerjaan otot kaki saya terasa tegang				
20	Saya tetap merasa fit meskipun telah				

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.





	melakukan aktifitas pekerjaan sehari-hari				
1	Mulut dan kerongkongan saya kering ketika bekerja				
2	Saya nyaman saat melakukan pekerjaan				
3	Pola tidur saya terjaga meski banyak <i>deadline</i> pekerjaan				
4	Saya merasa tenang ketika ada pekerjaan saya yang bermasalah				
5	Nafsu makan saya tetap terjaga meski banyak pekerjaan yang belum selesai				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

### SKALA B

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Banyak pekerjaan yang harus diselesaikan membuat saya merasa terbebani				
2	Saya merasa gelisah ketika pekerjaan belum selesai sesuai target yang ditentukan				
3	Dalam waktu singkat saya mampu menyelesaikan banyak pekerjaan				
4	Kritikan terhadap pekerjaan saya membuat konsentrasi saya terganggu				
5	Saya mampu mengerjakan pekerjaan yang menumpuk				
6	Saya kecewa ketika pekerjaan saya kurang mendapat penghargaan dari atasan				
7	Dalam bekerja saya sering lupa terhadap apa yang saya kerjakan				
8	Jam kerja saya sudah sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan				
9	Saya merasa lelah saat pekerjaan menumpuk				
10	Banyaknya pekerjaan yang harus saya lakukan, sehingga mengurangi konsentrasi saya				
11	Saya dapat menikmati pekerjaan yang saya lakukan				
12	Saya tetap menyelesaikan pekerjaan meskipun diberi tugas tambahan				
13	Jumlah target yang harus saya				

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



	selesaikan dengan waktu kerja yang sempit membuat saya gelisah				
1.	Dalam bekerja saya dapat mengingat pada sesuatu yang saya kerjakan				
2.	Menurut saya pekerjaan yang diberikan menguras tenaga				
3.	Saya dapat mengambil keputusan dalam bekerja				
4.	Daya tahan tubuh saya kuat walaupun banyak pekerjaan yang harus dikerjakan				
5.	Waktu yang diberikan tidak sesuai dengan banyaknya pekerjaan yang saya lakukan				

**Terimakasih atas kesediaan dan kejujuran bapak/ibu dalam mengisi skala ini. Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikan bapak/ibu dan dilancarkan segala urusannya. Aamiin"**

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengutip atau sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
3. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN D

## Tabulasi Data Mentah *Try Out*

UIN SUSKA RIAU

## Tabulasi Data Mentah Try Out

### Variabel Stres Kerja

Aitem																																					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	
1	2	3	2	1	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	
2	3	4	1	2	2	2	3	3	1	4	1	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	4	3	2	2	4	2	2	3	3	2	3	1	2	4	3	
3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	
4	3	2	2	2	1	2	4	3	2	3	4	3	3	4	1	4	2	1	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	4	4	
5	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	4	3	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	
6	3	3	1	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	4	3	
7	3	2	1	2	1	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3
8	3	3	1	3	2	2	3	3	2	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	1	2	4	3	
9	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	
10	3	2	1	2	1	2	4	3	1	2	1	2	3	4	1	3	1	1	2	1	2	1	3	2	2	3	1	3	1	3	1	2	2	2	2	1	
11	4	4	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	4	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1
12	3	4	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	1	2	4	2	
13	2	2	2	2	1	4	4	3	1	2	2	2	3	4	1	4	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	4	3	
14	3	4	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	4	4	2	4	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	4	4	3	3	1	2	4	3	
15	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	2	4	1	3	2	1	2	4	3	
16	2	2	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	
17	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	3	
18	4	1	2	2	3	4	2	2	4	3	2	3	4	1	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	3		
19	4	1	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	3	2	2	3	3	2	1	2	3	1	4	2	2	4	3	1	4	1	2	2	1	2	4	3	
20	2	4	1	2	1	4	1	1	2	2	1	1	1	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	3	4	
21	4	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	3	3	1	4	3	1	1	2	2	2	4	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	
22	4	2	3	2	3	4	3	2	3	1	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	3	
23	3	4	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	4	3	
24	3	2	1	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	



25	2	1	1	2	1	2	4	2	1	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2		
26	2	3	2	4	2	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2		
27	3	1	1	1	2	4	3	1	2	2	2	2	3	1	4	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1		
28	3	1	2	2	2	4	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
29	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3		
30	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2			
31	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
32	2	1	2	2	2	4	3	1	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2		
33	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2		
34	2	1	1	2	2	4	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2		
35	2	3	2	2	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	1	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	4	2	4	3	4	2	3	1	3	4	
36	1	2	2	1	2	2	4	3	1	1	2	1	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	
37	2	2	2	1	1	3	4	2	1	2	2	1	2	4	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	4	3	
38	1	4	1	1	1	3	4	4	1	1	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
39	3	3	1	2	2	2	3	3	1	4	1	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	3	1	2	4	3
40	3	2	1	1	1	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan komersial atau lain-lain.  
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabulasi Data Mentah Try Out  
Variabel Beban Kerja

No Subjek	Aitem																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3
2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	4	1	3
3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	1	2	3	1	3
4	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	3
5	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2
6	3	4	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3
7	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
8	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	3	1	3
9	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3
10	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3
11	1	1	2	3	2	1	1	1	1	3	4	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3
12	3	4	2	2	4	2	4	2	2	1	3	2	4	2	3	2	3	4	2	1	1	3	1	2
13	3	4	2	3	2	2	4	1	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	2	4	2	3	1	4
14	3	4	3	3	3	3	4	1	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	4	2	4	2	4
15	3	3	2	3	3	2	4	1	3	3	4	2	4	1	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4
16	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
17	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2
18	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3
19	3	2	3	1	4	3	4	1	2	3	3	2	4	2	4	2	2	4	3	1	1	4	2	1
20	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	3
21	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3
22	3	4	2	2	4	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3
23	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	1	3
24	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2
26	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
27	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	1	3	1	3	1	1	3	2	3	1	2	2	2
28	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3
29	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
30	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2
31	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
32	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2
33	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2
34	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
35	1	2	3	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	3
36	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
37	3	4	2	3	2	2	4	1	3	3	3	2	4	1	3	3	2	3	2	4	2	3	2	4
38	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
39	3	4	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	2	4	1	3
40	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN E

## Uji Reliabilitas

UIN SUSKA RIAU



# Uji Validitas dan Reliabilitas

## Stres Kerja

### a. Analisis Pertama

Case Processing Summary

	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,848	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	80,30	80,779	,119	,852
VAR00002	80,33	76,174	,372	,844
VAR00003	81,25	81,372	,086	,852
VAR00004	81,15	77,515	,490	,841
VAR00005	81,15	79,669	,281	,846
VAR00006	80,63	78,651	,333	,845
VAR00007	79,48	85,948	-,317	,859
VAR00008	80,30	78,882	,342	,845
VAR00009	81,45	79,228	,390	,844
VAR00010	80,73	74,974	,447	,842
VAR00011	81,08	81,763	,083	,851
VAR00012	81,15	76,438	,554	,839
VAR00013	80,23	79,563	,233	,848
VAR00014	79,90	79,887	,272	,846
VAR00015	81,25	80,654	,230	,847
VAR00016	79,55	78,972	,321	,845
VAR00017	80,68	79,097	,357	,844
VAR00018	81,18	82,610	,031	,850
VAR00019	80,88	78,215	,392	,843

Hasil Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa n

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



VAR00020	81,13	78,574	,561	,841
VAR00021	80,95	79,638	,325	,845
VAR00022	81,08	77,456	,431	,842
VAR00023	80,20	77,138	,503	,840
VAR00024	80,88	77,702	,578	,840
VAR00025	80,90	80,964	,304	,846
VAR00026	80,13	73,804	,651	,835
VAR00027	80,58	79,738	,276	,846
VAR00028	80,65	78,541	,347	,844
VAR00029	80,35	73,977	,665	,835
VAR00030	80,43	78,866	,253	,848
VAR00031	80,93	78,430	,484	,842
VAR00032	80,58	77,174	,528	,840
VAR00033	81,53	84,153	-,138	,856
VAR00034	80,95	82,151	,111	,849
VAR00035	79,90	72,759	,676	,833
VAR00036	80,38	75,061	,573	,838

## b. Analisis Kedua

### Case Processing Summary

	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,880	27

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	60,78	68,025	,374	,879
VAR00004	61,60	69,682	,456	,875
VAR00005	61,60	71,887	,230	,880
VAR00006	61,08	70,481	,327	,878

tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





VAR00008	60,75	70,449	,361	,878
VAR00009	61,90	71,631	,312	,878
VAR00010	61,18	66,661	,465	,876
VAR00012	61,60	68,246	,562	,873
VAR00014	60,35	71,413	,291	,879
VAR00016	60,00	70,667	,326	,878
VAR00017	61,13	70,881	,354	,878
VAR00019	61,33	69,251	,466	,875
VAR00020	61,58	70,763	,503	,875
VAR00021	61,40	71,477	,312	,878
VAR00022	61,53	69,230	,436	,876
VAR00023	60,65	68,951	,508	,874
VAR00024	61,33	69,404	,594	,873
VAR00025	61,35	72,131	,388	,878
VAR00026	60,58	65,584	,672	,869
VAR00027	61,03	71,717	,249	,880
VAR00028	61,10	70,195	,358	,878
VAR00029	60,80	65,959	,670	,869
VAR00030	60,88	70,420	,268	,881
VAR00031	61,38	70,087	,500	,875
VAR00032	61,03	68,640	,569	,873
VAR00035	60,35	64,695	,688	,868
VAR00036	60,83	66,815	,591	,871

### c. Analisis Ketiga

Case Processing Summary		
	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,881	25

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	56,55	62,818	,375	,880
VAR00004	57,38	64,446	,455	,876
VAR00006	56,85	65,003	,346	,879
VAR00008	56,53	64,922	,387	,878
VAR00009	57,68	66,533	,285	,880
VAR00010	56,95	61,433	,471	,877
VAR00012	57,38	63,010	,567	,873
VAR00014	56,13	65,702	,335	,879
VAR00016	55,78	65,051	,359	,879
VAR00017	56,90	66,041	,303	,880
VAR00019	57,10	63,836	,485	,875
VAR00020	57,35	65,823	,453	,877
VAR00021	57,18	66,404	,284	,880
VAR00022	57,30	64,062	,430	,877
VAR00023	56,43	63,892	,491	,875
VAR00024	57,10	64,195	,591	,874
VAR00025	57,13	66,881	,373	,879
VAR00026	56,35	60,695	,655	,870
VAR00028	56,88	64,779	,372	,878
VAR00029	56,58	61,020	,655	,870
VAR00030	56,65	64,644	,308	,881
VAR00031	57,15	64,797	,504	,876
VAR00032	56,80	63,446	,568	,874
VAR00035	56,13	59,599	,692	,868
VAR00036	56,60	61,836	,577	,873

umber:

## 2. Beban Kerja

### a. Analisis Pertama

Case Processing Summary

	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,824	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	56,10	36,503	,409	,816
VAR00002	55,65	35,105	,537	,809
VAR00003	56,28	37,538	,358	,818
VAR00004	56,28	38,769	,135	,827
VAR00005	56,05	36,767	,352	,818
VAR00006	56,38	38,035	,255	,822
VAR00007	55,60	33,579	,666	,801
VAR00008	56,85	40,541	-,137	,833
VAR00009	56,45	35,126	,695	,804
VAR00010	56,13	38,266	,190	,825
VAR00011	56,18	39,122	,049	,833
VAR00012	56,68	37,199	,558	,813
VAR00013	55,75	35,987	,452	,813
VAR00014	56,70	38,574	,201	,823
VAR00015	55,93	36,276	,501	,812
VAR00016	56,65	36,028	,658	,808
VAR00017	56,63	35,933	,642	,808
VAR00018	55,85	34,387	,639	,804
VAR00019	56,65	38,490	,320	,820
VAR00020	56,25	34,500	,481	,812
VAR00021	56,78	38,128	,358	,819
VAR00022	56,00	33,846	,640	,803
VAR00023	56,83	42,610	-,408	,846
VAR00024	56,08	37,097	,283	,822

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip atau menyalin dalam bentuk apa pun untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## b. Analisis Kedua

1. C Hak

**Case Processing Summary**

	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

2. Diar

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,873	18

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	42,70	33,908	,466	,868
VAR00002	42,25	32,654	,577	,863
VAR00003	42,88	35,702	,292	,873
VAR00005	42,65	34,131	,411	,870
VAR00006	42,98	35,717	,268	,874
VAR00007	42,20	30,728	,763	,854
VAR00009	43,05	32,869	,714	,859
VAR00012	43,28	35,025	,551	,866
VAR00013	42,35	33,208	,535	,865
VAR00015	42,53	33,743	,557	,864
VAR00016	43,25	34,090	,613	,863
VAR00017	43,23	33,820	,632	,862
VAR00018	42,45	31,997	,675	,858
VAR00019	43,25	36,346	,295	,873
VAR00020	42,85	32,900	,421	,872
VAR00021	43,38	36,240	,282	,873
VAR00022	42,60	31,785	,634	,860
VAR00024	42,68	35,148	,250	,877



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN F

## Tabulasi Data Mentah Penelitian

UIN SUSKA RIAU

## Tabulasi Data Mentah Penelitian Variabel Stres Kerja

No Subjek	Aitem																										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	jumlah	
1	2	2	2	2	1	2	2	3	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	56	
2	2	2	2	2	1	3	2	4	4	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	58	
3	2	2	2	3	1	3	1	4	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	61	
4	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	56	
5	2	1	2	2	1	2	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	51	
6	2	1	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	52	
7	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	52	
8	1	2	4	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	4	4	2	4	1	2	2	1	46	
9	3	3	3	3	2	3	1	4	4	3	2	2	2	2	4	2	2	4	3	3	3	2	3	4	3	70	
10	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	67	
11	4	2	3	3	2	3	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	3	3	2	3	3	3	68	
12	3	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	3	1	3	2	1	2	1	56	
13	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	52	
14	3	2	2	3	2	4	2	3	3	4	1	2	1	2	3	2	2	3	3	4	4	2	2	3	3	65	
15	2	2	4	4	1	4	2	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	69	
16	4	2	2	3	2	3	2	4	4	3	2	2	3	2	4	2	1	4	3	3	3	2	3	3	3	69	
17	3	2	2	4	1	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	60	
18	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	53	
19	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	4	2	2	4	4	75	
20	4	3	4	3	1	4	2	4	4	2	2	2	2	1	4	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	71	
21	2	2	3	2	1	2	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	54	
22	1	4	2	1	1	4	3	4	4	3	1	1	2	1	4	2	4	2	1	1	4	2	1	3	2	58	
23	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	63	
24	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	72	

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	49
26	2	4	3	4	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	65
27	1	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	55
28	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	71
29	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	4	3	4	74
30	1	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	55
31	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	60
32	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	77
33	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	69
34	4	4	3	1	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	85
35	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51
36	3	3	3	3	1	4	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	3	69
37	3	1	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	57
38	1	3	4	3	2	3	4	3	4	2	3	1	3	2	4	3	2	4	3	2	2	2	1	3	1	65
39	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	3	2	2	2	4	2	2	4	3	4	4	2	3	4	3	74
40	3	1	2	3	1	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	55
41	1	2	3	2	1	1	1	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	3	1	4	3	3	1	47
42	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	68
43	3	2	3	4	1	3	1	4	4	2	3	2	4	2	3	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	66
44	4	3	4	3	1	4	1	3	4	4	2	2	2	2	4	3	3	4	2	4	4	2	3	4	3	75
45	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	68
46	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	35
47	2	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	52
48	3	3	3	3	2	4	1	4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	73
49	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	4	4	4	2	3	4	3	73
50	1	1	1	3	1	1	2	4	4	3	1	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	4	2	51
51	1	2	1	2	1	2	1	4	2	2	3	1	1	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	52
52	3	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	2	3	1	4	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	69
53	3	2	2	3	2	3	1	4	4	3	2	2	3	2	4	2	2	4	3	3	4	2	3	4	3	70

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



54	3	3	3	3	2	3	1	4	4	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	73
55	2	1	2	2	1	3	2	3	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	49
56	2	1	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	3	2	1	3	3	2	52
57	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	69
58	3	3	3	4	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	78
59	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	51
60	4	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	4	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	71
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	3	3	4	4	2	3	4	3	73
62	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	4	70
63	3	2	2	2	1	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	58
64	4	3	2	3	1	4	2	3	4	2	2	2	3	1	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	69
65	3	3	3	4	2	4	2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	71
66	3	1	4	2	2	1	2	3	1	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	51
67	4	3	4	3	2	4	2	4	4	2	2	1	2	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	73
68	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	75

Tabulasi Data Mentah Penelitian  
Variabel Beban Kerja

No Subjek	Aitem																		jumlah
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	41
2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	1	1	3	2	2	1	2	3	43
3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	2	1	3	1	2	1	2	2	38
4	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	43
5	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	39
6	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39
7	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	40
8	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	31
9	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	53
10	3	3	1	3	3	1	3	3	4	3	3	2	4	3	4	2	3	3	51
11	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	50
12	3	2	2	4	2	4	3	2	4	3	1	2	3	1	3	1	2	4	46
13	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	2	2	2	3	38
14	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	2	50
15	3	4	4	3	3	4	2	2	4	3	2	2	3	3	3	1	4	2	52
16	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	55
17	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	45
18	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	42
19	4	4	3	4	2	4	2	3	4	4	2	2	4	3	4	2	4	4	59
20	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	4	3	50
21	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	40
22	4	4	4	3	4	4	1	3	4	4	1	1	4	3	4	1	2	3	54
23	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	51
24	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	4	2	3	2	3	3	50

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	41
26	4	2	1	2	2	4	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	3	4	43
27	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	41
28	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	54
29	3	4	1	4	2	4	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	51
30	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	62
31	2	2	3	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	1	4	39
32	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	55
33	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	51
34	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	68
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	38
36	3	4	3	4	2	3	2	2	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	52
37	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	45
38	3	3	2	4	3	4	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	47
39	3	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	55
40	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	41
41	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	40
42	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	4	43
43	3	4	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	2	4	2	2	3	49
44	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	54
45	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	52
46	1	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	28
47	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
48	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	51
49	4	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	4	2	3	2	3	3	48
50	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	3	35
51	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	45
52	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	4	2	2	1	3	3	50
53	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	3	51



54	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	4	2	54
55	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	1	41
56	2	3	3	1	3	2	1	1	3	2	2	2	3	1	2	2	2	1	36
57	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	48
58	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	56
59	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	43
60	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	52
61	3	4	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	51
62	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	44
63	2	3	3	3	3	4	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	45
64	3	4	2	4	3	4	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	3	51
65	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	49
66	2	3	1	3	2	2	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	4	38
67	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	2	44
68	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	48

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN G

## Uji Asumsi

UIN SUSKA RIAU



## ANALISIS DATA PENELITIAN

### Uji Normalitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
streskerja	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%
bebankerja	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
streskerja	Mean		62,75	1,217
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	60,32	
		Upper Bound	65,18	
	5% Trimmed Mean		62,90	
	Median		65,00	
	Variance		100,638	
	Std. Deviation		10,032	
	Minimum		35	
	Maximum		85	
	Range		50	
	Interquartile Range		18	
	Skewness		-,267	,291
	Kurtosis		-,629	,574
bebankerja	Mean		46,60	,877
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	44,85	
		Upper Bound	48,35	
	5% Trimmed Mean		46,56	
	Median		47,50	
	Variance		52,273	
	Std. Deviation		7,230	
	Minimum		28	
	Maximum		68	
	Range		40	
	Interquartile Range		10	
	Skewness		,086	,291
	Kurtosis		,377	,574

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## Uji Linearitas

### Hak Cipta Dili

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

#### Uji Linearitas

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

#### Uji Linearitas

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

#### Uji Linearitas

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

#### Uji Linearitas

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

#### Uji Linearitas

#### 1. Diarang m

#### au selu

#### ang

#### U Sus

#### m Riau

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
streskerja * bebankerja	68	100,0%	0	0,0%	68	100,0%

Report			
streskerja			
bebankerja	Mean	N	Std. Deviation
28	35,00	1	.
31	46,00	1	.
35	51,00	1	.
36	52,00	1	.
38	53,75	4	4,856
39	54,33	3	4,933
40	51,25	4	2,986
41	52,80	5	3,493
42	53,00	1	.
43	59,60	5	6,877
44	71,50	2	2,121
45	56,75	4	3,403
46	56,00	1	.
47	65,00	1	.
48	72,33	3	3,055
49	68,50	2	3,536
50	69,00	5	2,739
51	69,75	8	3,655
52	69,25	4	1,258
53	70,00	1	.
54	69,25	4	7,676
55	73,33	3	4,041
56	78,00	1	.
59	75,00	1	.
62	55,00	1	.



68	85,00	1	.
Total	62,75	68	10,032

Cipta D  
ilarang

Hak c

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
streskerja * bebankerja	Between Groups	(Combined)	5950,500	25	238,020	12,618	,000
		Linearity	4408,274	1	4408,274	233,698	,000
		Deviation from Linearity	1542,226	24	64,259	3,407	,000
	Within Groups		792,250	42	18,863		
	Total		6742,750	67			

nya tulis

Riau

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
streskerja * bebankerja	,809	,654	,939	,883

encantumkan dan menyebutkan sumber:

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN H

## Uji Hipotesis

UIN SUSKA RIAU





## Uji Hipotesis

1. D

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
streskerja	62,75	10,032	68
bebankerja	46,60	7,230	68

Undang

Correlations			
		streskerja	bebankerja
streskerja	Pearson Correlation	1	,809**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	68	68
bebankerja	Pearson Correlation	,809**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	68	68

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

a. mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN I

## Data Guru Sertifikasi

UIN SUSKA RIAU

## DATA GURU SMA NEGERI 1 PEKANBARU YANG SUDAH/BELUM SERTIFIKASI

	NAMA/INISIAL	UMUR	JENIS KELAMIN	SUDAH/BELUM SERTIFIKASI	PNS/NON PNS
1	S	53 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
2	RZ	39 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
3	NHS	49 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
4	DE	60 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
5	ER	49 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
6	SLV	28 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
7	AG	52 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
8	HP	50 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
9	SH	59 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
10	WR	51 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
11	RA	26 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
12	IN	42 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
13	NE	59 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
14	N	57 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
15	DES	60 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
16	AK	38 tahun	Laki-laki	BELUM	PNS
17	AF	38 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
18	NN	58 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
19	DV	38 tahun	Perempuan	SUDAH	NON PNS
20	VF	31 tahun	Perempuan	BELUM	PNS
21	EM	40 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
22	ZKL	54 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
23	DS	42 tahun	Perempuan	SUDAH	NON PNS
24	EY	55 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
25	MA	36 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
26	LS	39 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
27	JA	32 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
28	SB	56 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
29	DP	37 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
30	FM	36 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
31	ER	54 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
32	WI	55 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
33	NEM	60 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
34	NS	56 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
35	KN	40 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
36	JM	60 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
37	AM	58 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
38	SD	56 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
39	RH	27 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
40	FYNI	32 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
41	FW	36 tahun	Perempuan	SUDAH	NON PNS
42	NZ	49 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
43	DO	42 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis atau menampilkan sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
3. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
4. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
5. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





44	RS	36 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
45	SNR	36 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
46	MN	53 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
47	ES	40 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
48	TS	50 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
49	WB	54 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
50	MT	42 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
51	SN	37 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
52	IS	27 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
53	SUK	32 tahun	Perempuan	BELUM	NON PNS
54	ZBD	52 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
55	NI	51 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
56	ISS	48 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
57	GS	57 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
58	NV	57 tahun	perempuan	SUDAH	PNS
59	MR	42 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
60	SYT	25 tahun	Laki-laki	BELUM	NON PNS
61	FM	54 tahun	Perempuan	BELUM	PNS
62	JK	54 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
63	IND	44 tahun	Laki-laki	BELUM	PNS
64	SG	59 tahun	Laki-laki	SUDAH	PNS
65	BN	51 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
66	BA	43 tahun	Laki-laki	BELUM	PNS
67	HR	54 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS
68	MT	52 tahun	Perempuan	SUDAH	PNS

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN J

## Guide Wawancara

UIN SUSKA RIAU

## Guide Wawancara

1. Sudah berapa lama anda bekerja sebagai guru disekolah ini?
2. Selain mengajar apa saja yang dilakukan oleh guru disekolah?
3. Apakah ada perbedaan mengajar dari yang dulunya sistem KTSP menjadi K-13?
4. Seperti apa system mengajar KTPS dan K-13?
5. Apakah ada target-target tertentu pada guru?
6. Apakah ada jam wajib mengajar pada guru disekolah?
7. Dalam mengerjakan tugas apakah anda pernah merasa lelah atau capek? Misalkan pada saat seperti apa?
8. Jika sedang bekerja, apakah anda sering merasa sakit kepala, pusing dan sesak nafas?
9. Apakah emosi anda mudah berubah-ubah?
10. Apakah anda punya penyakit maagh?
11. Hal-hal apa saja yang mempengaruhi anda stress dalam bekerja?
12. Selama bekerja disekolah menjadi guru apakah anda pernah lupa dengan jadwal kerja atau mengajar? Kalau pernah itu karena apa biasanya?
13. Apakah ada beban kerja pada guru? Dan seperti apa beban kerja pada guru?



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN K

## Surat Keterangan Penelitian

UIN SUSKA RIAU





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI

كايّة علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Simpang Baru Kec. Tampan Pekanbaru- Riau 28293 PO. Box. 1004  
Telp.(0761) 588994, Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail : [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/2791/2018  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Prariset

Pekanbaru, 14 November 2018

Kepada  
Yth. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau  
Pekanbaru.

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Petriana Refiany  
NIM : 11561200486  
Jurusan : Psikologi  
Semester : VII (tujuh)

ditugaskan untuk melakukan prariset di tempat bapak/ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsinya, yaitu:

*"Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SMA Negeri di Kota Pekanbaru"*

Untuk itu kami mohon bapak/ibu berkenan memberi izin prariset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsinya.

Atas perkenan dan kerjasama bapak/ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.  
Dekan,



Prof. Dr. Hairunas., M.Ag.  
NIP. 19720828 200604 1 002

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I & II Komp. Kantor Gubernur Riau  
Jl. Jenderal Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39119 Fax. (0761) 39117, PEKANBARU  
Email : dpmptsp@riau.go.id

Kode Pos : 28126



182010

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/15797  
TENTANG

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Pra Riset dari : **Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/2890/2018 Tanggal 21 November 2018**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

- |                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| 1. Nama              | : | PETRIANA REFANY  |
| 2. NIM / KTP         | : | 11561200486  |
| 3. Program Studi     | : | PSIKOLOGI  |
| 4. Jenjang           | : | S1   |
| 5. Alamat            | : | PEKANBARU  |
| 6. Judul Penelitian  | : | HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI DI KOTA PEKANBARU |
| 7. Lokasi Penelitian | : | DINAS PENDIDIKAN PROVINSI RIAU   |

Dengan Ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian Rekomendasi ini diberikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang terkait diharapkan untuk dapat memberikan kemudahan dan membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini dan terima kasih.

Dibuat di : Pekanbaru  
Pada Tanggal : 23 November 2018



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

**DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
PROVINSI RIAU**

**Tembusan :**

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau di Pekanbaru
3. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
**DINAS PENDIDIKAN**

JL. CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 076122552 / 076121553  
PEKANBARU

Pekanbaru, 26 NOV 2018

No : 800/Disdik/1.3/2018/11042  
Sifat : Biasa  
Lampiran :  
Hal : Riset / Penelitian

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Suska Riau  
di-  
Pekanbaru

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISSET/15797 Tanggal 23 November 2018 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : PETRIANA REFIANY  
NIM : 11561200486  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Jenjang : S1  
Alamat : PEKANBARU  
Judul Penelitian : HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI DI KOTA PEKANBARU

Lokasi Penelitian : DINAS PENDIDIKAN PROVINSI RIAU

Izin Riset / Penelitian diberikan dengan ketentuan :

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
2. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
PROVINSI RIAU  
SEKRETARIS



IANYU SUHENDRA, SE

Pembina  
NIP. 19711209 200012 1 006





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/1917 /2019 Pekanbaru, 2 Agustus 2019  
Sifat : Penting  
Lampiran : 1 (satu) berkas  
Hal : Mohon Rekomendasi Try Out Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau  
Pekanbaru.

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan  
ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : Petriana Refiany  
NIM : 11561200486  
Jurusan : Psikologi  
Semester : IX (sembilan)

ditugaskan untuk melakukan try out penelitian guna mendapatkan data  
yang berhubungan dengan judul skripsinya, yaitu:

*"Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SMA  
Negeri di Kota Pekanbaru."*

Lokasi : SMAN 11 Pekanbaru

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi  
rekomendasi try out yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas  
dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsinya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan  
terima kasih.

Wassalam.



Asmaruddin Bardansyah, Lc., M.Pd.  
1690713 200312 1 004

Surat Kuasa  
No. Un.04/F.VI/KP.07.6/1798/2019

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# PEMERINTAH PROVINSI RIAU

## DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I & II Komp. Kantor Gubernur Riau  
Jl. Jenderal Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39119 Fax. (0761) 39117, PEKANBARU  
Email : dpmptsp@riau.go.id

Kode Pos : 28126



### REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMTSP/NON IZIN-RISET/25012  
TENTANG

#### PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Nomor : Un.04/F.IV/PP.00.9/1917/2019 Tanggal 2 Agustus 2019, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

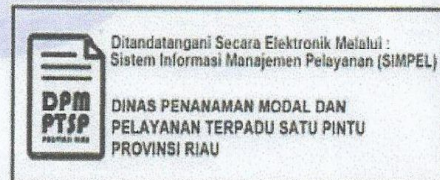
- |                      |   |
|----------------------|---|
| 1. Nama              | : PETRIANA REFANY   |
| 2. NIM / KTP         | : 11561200486   |
| 3. Program Studi     | : PSIKOLOGI   |
| 4. Jenjang           | : S1  |
| 5. Alamat            | : PEKANBARU   |
| 6. Judul Penelitian  | : HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI DI KOTA PEKANBARU |
| 7. Lokasi Penelitian | : SMAN 11 PEKANBARU   |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
Pada Tanggal : 5 Agustus 2019



#### Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau
3. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**

JALAN CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 22552/21553  
PEKANBARU

Pekanbaru, 08 AUG 2019

No : 800/Disdik/1.3/2019/  
Sifat : Biasa  
Lampiran :  
Hal : Izin Riset / Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala SMAN 11 Pekanbaru

di-  
Pekanbaru

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dan Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor: 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/25012 Tanggal 5 Agustus 2019 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : **PETRIANA REFANY**  
NIM : 11561200486  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Jenjang : S1  
Alamat : PEKANBARU  
Judul Penelitian : **HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI DI KOTA PEKANBARU**

Lokasi Penelitian : SMA NEGERI 11 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut:

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dan ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
PROVINSI RIAU  
SEKRETARIS



AHYU SUMENDRA, SE  
Pembina  
NIP. 19711209 200012 1 006





## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 11 PEKANBARU**  
**AKREDITASI : A**

Alamat : Jl. Segar No. 40, Kel. Rejosari, Kecamatan Tenayan Raya – Kota Pekanbaru  
Telp/Fax : 0761-36011 - Pos 28281 - E-mail : [sma.negeri.11.pekanbaru@gmail.com](mailto:sma.negeri.11.pekanbaru@gmail.com)



## SURAT KETERANGAN

No : 422.4/SMAN 11/MN/VIII/12077

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 11 Pekanbaru Kota Pekanbaru, dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : **PETRIANA REFANY**  
N I M : 11561200486  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi UIN Suska Riau

Benar telah mengadakan Riset / Penelitian dan Pengambilan data dalam rangka penyusunan Srikpsi atau Tugas Akhir yang bersangkutan dengan judul **" HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KOTA PEKANBARU "** mulai tanggal 7 s/d 14 Agustus 2019.

Demikianlah Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 23 Agustus 2019  
KEPALA SMA NEGERI 11 PEKANBARU,



**SUPRAPTO, M.Pd**

NIP. 19710823 199802 1 001





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/2174 /2019  
Sifat : Penting  
Lampiran : 1 (satu) berkas  
Hal : Mohon Rekomendasi Riset

Pekanbaru, 28 Agustus 2019

Kepada  
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu  
Satu Pintu Provinsi Riau  
Pekanbaru.

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan  
ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : Petriana Refiany  
NIM : 11561200486  
Jurusan : Psikologi  
Semester : IX (sembilan)

ditugaskan untuk melakukan riset guna mendapatkan data yang  
berhubungan dengan judul skripsinya, yaitu:

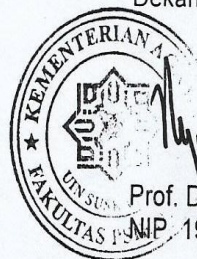
*"Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Guru SMA  
Negeri di Kota Pekanbaru."*

Lokasi : SMAN 1 Pekanbaru

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi  
Rekomendasi Riset yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas  
dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsinya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan  
terima kasih.

Wassalam.  
Dekan,



Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
NIP. 19720828 200604 1 002

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# PEMERINTAH PROVINSI RIAU

## DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I & II Komp. Kantor Gubernur Riau  
Jl. Jenderal Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39119 Fax. (0761) 39117, PEKANBARU  
Email : dpmptsp@riau.go.id

Kode Pos : 28126



032010

### REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/25669  
T E N T A N G

#### PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.I/PP.00.9/2174/2019 Tanggal 28 Agustus 2019**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

1. Nama : **PETRIANA REFIANY**
2. NIM / KTP : **11561200486**
3. Program Studi : **PSIKOLOGI**
4. Jenjang : **S1**
5. Alamat : **PEKANBARU**
6. Judul Penelitian : **HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA NEGERI DI KOTA PEKANBARU**
7. Lokasi Penelitian : **SMAN 1 PEKANBARU**

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
Pada Tanggal : 3 September 2019



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
PROVINSI RIAU

#### Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau di Pekanbaru
- ③ 3. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN

JALAN CUT NYAK DIEN NO. 3 TELP. 22552/21553  
PEKANBARU

Pekanbaru, 03 SEP 2019

No : 800/Disdik/1.3/2019/ 10477  
Sifat : Biasa  
Lampiran :  
Hal : Izin Riset / Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala SMAN 1 Pekanbaru  
di-  
Pekanbaru

Berkenaan dengan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/25669 Tanggal 3 Agustus 2019 Perihal Pelaksanaan Izin Riset, dengan ini disampaikan bahwa:

Nama : PETRIANA REFIANY  
NIM : 11561200486  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Jenjang : S1  
Alamat : PEKANBARU  
Judul Penelitian : HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI DI KOTA PEKANBARU

Lokasi Penelitian : SMA NEGERI 1 PEKANBARU

Dengan ini disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk dapat memberikan yang bersangkutan berbagai informasi dan data yang diperlukan untuk penelitian
2. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan dan memaksakan kehendak yang tidak ada hubungan dengan kegiatan ini.
3. Adapun Surat Izin Penelitian ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat.

Demikian disampaikan, atas perhatian diucapkan terima kasih.

An. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
PROVINSI RIAU  
SEKRETARIS



AHYU SUHENDRA, SE

Pembina

NIP. 19711209 200012 1 006

Tembusan:  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
DINAS PENDIDIKAN PROVINSI RIAU  
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1**

**“AKREDITASI : A”**

Jl. Sultan Syarif Kasim No. 159 Telp. / Fax/ (0761) 21583 Kota Pekanbaru Kode Pos 28141  
Laman : [www.sman1pekanbaru.sch.id](http://www.sman1pekanbaru.sch.id) / Email : [info@sman1pekanbaru.sch.id](mailto:info@sman1pekanbaru.sch.id)

**SURAT – KETERANGAN**

Nomor : 423.4/KL/SMA.01/ 776

Yang bertandatangan di bawah ini, **Kepala SMA Negeri 1 Pekanbaru** menerangkan bahwa :

N a m a	: <b>PETRIANA REFANY</b>
Tempat, Tanggal Lahir	: Dumai, 11 Desember 1997
NIM	: 11561200486
Mahasiswa	: S1 Psikologi FPSI Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Benar telah melakukan Penelitian di **SMA Negeri 1 Pekanbaru**, dari tanggal 21 s.d 28 Agustus 2019 dan hasil dari penelitian tersebut akan dipergunakan sebagai pembuatan Skripsi dengan judul :

**“ HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES  
KERJA PADA GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS  
NEGERI DI KOTA PEKANBARU “**

Demikianlah **Surat Keterangan** ini diberikan untuk dapat di pergunakan seperlunya.



Pekanbaru, 29 Agustus 2019

Kepala,

**Dr. WAN ROSWITA, M.Pd**  
NIP. 19680119 199103 2 002